SAINTE-FOY–SILLERY–CAP-ROUGE

2014 - 2015

À CONSERVER

AUTOMNE HIVER

PROGRAMMATION

LOISIRS

Promenade Samuel-De Champlain

MES LOISIRS EN LIGNE!

VILLE DE QUÉBEC

Arrondissement de
Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

MES LOISIRS EN LIGNE

Rendez-vous sur le site Internet
ville.quebec.qc.ca/programmationloisirs
et en quelques clics :

- **consultez** toute l'offre en loisir de la Ville de Québec;
- **trouvez** rapidement les activités qui vous intéressent;
- **obtenez** aisément de l'information sur les organismes de loisir partenaires;
- **inscrivez-vous** directement en ligne à plusieurs activités.

Pour tout savoir sur l'offre en loisir de votre ville :
ville.quebec.qc.ca/programmationloisirs

VILLE DE QUÉBEC

Table des matières

Liste des activités 2

Liste des endroits 6

Renseignements généraux
- Comment vous inscrire aux activités de loisirs? 9

Activités aquatiques 12

Activités physiques, sportives et activités de plein air 62
- Activités libres 96

Activités artistiques, culturelles et communautaires 105

Loisirs de quartier 159
- Champigny et Chauveau 159
- Notre-Dame-de-Foy 165
- Saint-Benoît 167
- Saint-Denys 180
- Saint-Jean-Baptiste-De La Salle 181
- Saint-Louis-de-France 186
- Saint-Mathieu 195
- Saint-Thomas-d'Aquin 200
- Sainte-Geneviève 204
- Sainte-Ursule 218

Fiches d'inscription
- Automne 225
- Hiver 229

Section municipale . . . . . .Voir les pages bleues

Conservez cette programmation
si vous souhaitez vous inscrire
à une activité offerte au cours de l'hiver!

Liste des activités

	PAGES
Activités artistiques	157
Activités familiales	147
Activités libres	96 à 104
Activités physiques	62 à 104, 135, 136, 159
Activités préscolaires	47, 117, 125, 184, 192, 204, 223
Aérobie	62 à 64, 165
Allemand	105, 186
Anglais	135, 136, 178, 200, 218
Aquaforme	12, 13, 57
Aquajogging	13, 14, 57
Aquapoussette	56
Aquarelle	106, 120
Aquaspinning	15
Associations et fondations (activités des)	62, 105, 116,142
Astronomie	116, 117
Atelier prématernelle	117, 118, 204, 223
Badminton	64 à 67, 165, 168, 180 à 182, 186, 195, 205, 206, 219
Baignade et bains libres	58, 59
Bande dessinée	122
Basketball (mini)	187
Bijoux (fabrication de)	206
Billard	66, 67, 178, 217, 224
Bingo	133
Bricolage	182
Bridge	119, 135, 178, 185, 188, 203, 218
Broderie	107, 108, 119
Calligraphie	122
Capoeira	207
Cartes (jeux de)	185, 195, 203, 218, 224
Céramique	127, 128
Cercles de fermières (activités des)	166, 207
Chant et chant choral	132, 152, 187
Chapellerie	108, 109
Cinéma et ciné-club	196
Clubs de l'âge d'or et FADOQ (activités des)	66, 133, 134, 163, 164, 178, 185, 195, 199, 203, 217, 224
Clubs sociaux (activités des)	133, 134, 135, 145, 188

	PAGES
Combats médiévaux	208
Conditionnement physique	68, 135, 136, 179, 188, 189, 195, 199, 203, 204, 208, 219
Conditionnement physique aquatique	53, 58
Cours prénataux aquatiques	57
Courtepointe (confection de)	110, 111
Couture	111, 204
Crochet	111
Cuisine	201
Curling	66, 67, 69
Danse, baladi	168
Danse, ballet classique	136 à 138, 169 à 171, 206
Danse country	219
Danse en ligne	66, 67, 133, 160, 179, 208, 209, 218, 220, 221
Danse folklorique	138, 172, 189
Danse salsa	139, 172
Danse sociale	172, 180, 181
Décorations de Noël (fabrication de)	128
Dentelle	119
Dessin	121 à 123, 126, 160, 173, 190, 195, 221
Donjons et dragons	196
Échecs	201
Entraide communautaire	140 à 142
Entraînement aquatique en parcours (*CrossFit*)	58
Espagnol	135, 136, 173, 190, 222
Éveil musical	149, 152, 173
Euthonie	151
Expositions	146
Feutre	112
Filage (initiation au)	112
Fléché (maîtrise du)	112
Frivolité	113
Gardiens avertis (cours de)	174, 209
Glissade	98
Golf	69
Gymnases (location de)	100
Gymnastique	70 à 74, 90, 91

Liste des activités

	PAGES
Histoire (activités des sociétés d')	142 à 144
Hockey	74 à 76, 183
Home staging	197
Horticulture	144
Informatique	191, 194
Jeux de rôles	202
Karaté et karaté kenpo	197
Kung fu	191
Langues (cours de)	105, 135, 173, 175, 178, 186, 190, 200, 218, 222
Lecture (atelier de)	92. 167
Ludothèque (activités de la)	145
Maisons des jeunes (activités des)	145, 146
Maître-nageur	39, 40
Mandala	124
Mandarin	175
Maquillage artistique	175
Marche	67, 135, 136, 176
Méditation	92, 176
Modelage	126, 128, 129
Mosaïque	129
Musculation	62, 63, 159
Musique	147 à 151, 174, 175
Nage synchronisée	36, 37
Natation	14, 16 à 33, 37 à 54, 56, 60, 61, 120
Navigation et nautisme	155, 156
Observation d'oiseaux	96
Olympiques spéciaux	33
Pastel	124
Patinage	76, 83, 101 à 104
Patinage artistique	77 à 82
Patinage de vitesse	82 à 85
Peinture	106, 121, 124, 125, 162, 176, 195, 202, 210, 221
Pétanque	133, 134, 185, 210
Photographie	152, 153, 191
Pilates	85, 92
Plongeon	41

	PAGES
Portrait	125, 126
Poterie	130
Premiers soins (aquatiques)	34
Qi gong	93, 135, 136
Quilles	67, 200
Raku	131
Randonnée pédestre	67, 96, 98, 100
Raquette	67, 96
Sauvetage aquatique	34, 35, 53 à 56
Sciences	146
Scoutisme	154, 155, 177, 192, 203, 211, 223
Scrabble	155, 179, 185, 211
Sculpture	121, 126, 131, 192, 203, 211
Sécurité aquatique et nautique	34, 35, 55, 56, 155
Ski alpin	67
Ski de fond	67, 96 à 99
Soccer	85, 86, 193, 198, 224
Stretching	86, 93, 212
Taekwondo	67, 87 à 89
Taï-chi ou Taiji	93, 212
Tennis	99
Textiles (arts, travaux)	106 à 115, 119, 157, 158, 203
Théâtre	212
Tissage	113, 114, 157
Tournage et décoration	131
Triathlon	41
Tricot	114
Vitrail	127, 157, 158, 213 à 215
Voile	156
Volley-ball	90, 198, 216
Waterpolo	42 à 44
Whist	133, 185
Workout	177, 216
Yoga et autres activités de relaxation	90 à 95, 163
Zumba	96, 166, 177, 184, 194, 199, 217

Liste des endroits

SIGLE	ADRESSE	CODE POSTAL	TÉLÉPHONE
AGB	Anneau Gaétan-Boucher, 929, avenue De Rochebelle	G1V 4H8	418 641-6281
AJC	Aréna Jacques-Côté, 2020, rue Narcisse-Roy	G1T 1V2	418 684-2166
BC	Bibliothèque Champigny, 1465, rue Félix-Antoine-Savard	G2G 1Z2	418 641-6145
BCHB	Bibliothèque Charles-H.-Blais, 1445, avenue Maguire	G1T 2W9	418 641-6276
BMC	Bibliothèque Monique-Corriveau, 1100, route de l'Église	G1V 4X6	418 641-6277
BPAS	Base de plein air de Sainte-Foy, 3180, rue Laberge	G1X 4B5	418 641-6282
BRL	Bibliothèque Roger-Lemelin, 4705, rue de la Promenade-des-Sœurs	G1Y 2W2	418 641-6143
CC	Centre de céramique de Sainte-Foy, 2130, rue de la Somme	G1V 0C3	418 688-3166
CCC	Centre communautaire Champigny, 7519, boulevard Wilfrid-Hamel	G2G 1C2	418 877-3328
CCCA	Centre communautaire Claude-Allard, 3200, avenue D'Amours	G1X 1L9	418 641-6278
CCCR	Centre communautaire de Cap-Rouge, 4473, rue Saint-Félix	G1Y 3A6	418 641-6254
CCNB	Centre communautaire Noël-Brulart, 1229, avenue du Chanoine-Morel	G1S 4B1	418 641-6389
CDM	Centre Delphis-Marois, 300, rue de l'Entrain, Saint-Augustin-de-Desmaures	G3A 1L6	418 878-3639
CGM	Centre de glisse Myrand, 2150, avenue Chapdelaine	G1V 1N1	418 688-3046
CIH	Centre d'interprétation historique de Sainte-Foy, 2825, chemin Sainte-Foy	G1V 1W1	418 654-4576
CLNDF	Centre de loisirs Notre-Dame-de-Foy, 771, rue Jacques-Berthiaume	G1V 3T3	418 654-4287
CLSA	Centre de loisirs Saint-Ange, 1545, rang Saint-Ange	G2G 0E7	418 877-2090
CLSB	Centre de loisirs Saint-Benoît, 909, boulevard Pie-XII	G1X 3T4	418 654-4015
CLSD	Centre de loisirs Saint-Denys, 2770, rue de la Picardie	G1V 4V1	418 654-4302
CLSG	Centre de loisirs Sainte-Geneviève, 690, avenue de Cherbourg	G1X 2V9	418 654-4347
CLSJB	Centre de loisirs Saint-Jean-Baptiste-De La Salle, 2608, rue Biencourt	G1V 3H1	418 654-4687
CLSLF	Centre de loisirs Saint-Louis-de-France, 1560, route de l'Église	G1W 3P5	418 654-4271
CLSM	Centre de loisirs Saint-Mathieu, 1000, rue de Bar-le-Duc	G1W 4X6	418 654-4304
CLST	Centre de loisirs Saint-Thomas-d'Aquin, 895, avenue Myrand	G1V 2V8	418 688-3126
CLSU	Centre de loisirs Sainte-Ursule, 3224, rue Armand-Hamelin	G1W 2W7	418 654-4085
CMUS	Centre musical Uni-Son, 1675, rue Dina-Bélanger	G1S 4X6	418 684-2136
CNDF	Campus Notre-Dame-de-Foy, 5000, rue Clément-Lockquell, Saint-Augustin-de-Desmaures	G3A 2Y5	418 872-8242
CR	Campus De Rochebelle, 1095, avenue De Rochebelle	G1V 4P8	
CSA	Collège Saint-Augustin, 4950, rue Lionel-Groulx, Saint-Augustin-de-Desmaures	G3A 1V2	418 872-0954
CSRB	Centre sociorécréatif Les Bocages, 4850, rue du Sourcin, Saint-Augustin-de-Desmaures	G3A 2B2	418 872-3735
CSSB	Centre de services Saint-Benoît, 3454, rue Rochambeau	G1X 2G9	418 654-4305
CSSF	Centre sportif de Sainte-Foy, 930, avenue Roland-Beaudin	G1V 4H8	418 641-6275
CTS	Centre de loisirs des Trois-Saisons, 1390, rue Buffon	G2E 4X4	418 877-0672
CY	Centre de yoga de Sainte-Foy, 844, rue Paradis	G1V 4J5	418 688-3003
EA	Gymnase de l'école l'Abrisseau, 4675, rue de la Promenade-des-Sœurs	G1Y 3L6	418 650-7767
ECSM	Gymnase de l'école Saint-Mathieu, 995, avenue Duchesneau	G1W 4B8	418 654-3653
ECVC	Gymnase de l'école Coeur-Vaillant-Campanile, 3645, chemin Sainte-Foy	G1X 1T1	418 654-4156
EGM	Gymnase de l'école des Grandes-Marées, 1505, rue des Grandes-Marées	G1Y 2T3	418 650-7790
EGTHO	Sous-sol de l'église Saint-Thomas-d'Aquin, 824, avenue Paradis	G1V 2B7	
END	Gymnase de l'école Notre-Dame-de-Foy, 762, rue Jacques-Berthiaume	G1V 3T1	418 654-4788
EP	Gymnase de l'école Les Primevères, 1465, rue Félix-Antoine-Savard	G2G 1P6	418 877-2201

SIGLE	ADRESSE	CODE POSTAL	TÉLÉPHONE
EPCV	Gymnase de l'école Coeur-Vaillant, 1090, avenue de Liège	G1W 2W1	418 654-4289
EPF	Gymnase de l'école Filteau, 830, rue De Saurel	G1X 3P6	418 654-4184
EPFS	Gymnase de l'école Fernand-Seguin, 2600, rue Biencourt	G1V 1H3	418 654-4307
ES	Gymnase de l'école Les Sources, 1181, avenue Robert-L.-Séguin	G1X 4P5	418 877-2059
ESFR	Gymnase de l'école Saint-François, 1000, rue du Joli-Bois	G1V 3Z6	418 654-4079
ESG	Gymnase de l'école Sainte-Geneviève, 690, avenue de Cherbourg	G1X 2V9	418 654-4347
ESL2	Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France II, 1550, route de l'Église	G1W 3P5	418 654-4271
ESM	Gymnase de l'école Saint-Michel, 1684, rue Sheppard	G1S 1L2	418 684-2137
ESV	Gymnase de l'école Saint-Vincent, 995, avenue Wolfe	G1V 3J9	418 654-4416
ESY	Gymnase de l'école Saint-Yves, 2475, rue Triquet	G1W 1E3	418 654-4290
EXTV	Expo-théâtre de la Visitation, 814, route de l'Église	G1V 3T4	418 654-4576
JALR	Jardin communautaire Louis-Riel, 3155, rue du Grand-Voyer		
JAPSF	Jardin communautaire de la Pointe-de-Sainte-Foy, 3531, chemin Sainte-Foy	G1X 1T1	
JAS	Jardin communautaire de Sillery, 2020, rue Narcisse-Roy	G1T 1V2	
JAST	Jardin communautaire Saint-Thomas-de-Sainte-Foy, 2150, avenue Chapdelaine	G1V 1N1	
JAVN	Jardin communautaire du Versant-Nord, 3096, rue du Finistère	G1X 1G9	
LC	Courtepointe (La), 3180, avenue D'Amours	G1X 1L9	418 657-3836
LF	Fripe.com (La), 2120, rue Boivin	G1V 1N7	418 688-5162
MHB	Maison Hamel-Bruneau, 2608, chemin Saint-Louis	G1W 1N2	418 641-6280
MJE	Maison des jeunes L'Envol de Sainte-Foy, 873, route de l'Église	G1V 3T5	418 656-6039
MJS	Maison des Jésuites de Sillery, 2320, chemin du Foulon	G1T 1X4	418 654-0259
MJSI	Maison des jeunes de Sillery, 1225, avenue du Chanoine-Morel	G1S 4B1	418 527-4333
MJSY	Maison des jeunes La Symbiose de Cap-Rouge, 1210, rue Provancher	G1Y 1E2	418 650-7780
MLP	Maison Léon-Provancher, 1435, rue Provancher	G1Y 1R9	418 650-7785
MR	Maison Routhier, 3325, rue Rochambeau	G1X 3Y4	418 654-4296
PASM	Parc Saint-Mathieu, 1000, rue de Bar-le-Duc	G1W 4X6	418 654-4304
PAVISI	Site patrimonial de la Visitation, 801, route de l'Église	G1V 1W1	418 654-4576
PBE	Piscine Saint-Benoît, 3454, rue Rochambeau	G1X 2H1	418 641-4658
PE	Parc des Écores, 4001, rue Charles-A.-Roy	G1Y 3T9	
PEPS	Pavillon de l'éducation physique et des sports de l'Université Laval, 2300, rue de la Terrasse	G1V 0A6	
PFA	Parc de la Falaise, 1615, côte à Gignac	G1T 2M9	
PFL	Pavillon Félix-Leclerc de l'école De Rochebelle, 1095, avenue De Rochebelle	G1V 4P8	
PGG	Piscine Gérard-Guay, 1730, rue Sheppard	G1S 1L2	418 684-2135
PGV	Pavillon Gilles-Vigneault, 1095, avenue De Rochebelle, porte 4	G1V 4P8	418 641-6043
PJA	Piscine Jacques-Amyot, 3643, avenue des Compagnons	G1X 3Z6	418 641-6283
PM	Parc Myrand, 895, avenue Myrand	G1V 2V8	
PN	Parc nautique de Cap-Rouge, 4155, chemin de la Plage-Jacques-Cartier	G1Y 1W3	418 641-6148
PNDF	Parc Notre-Dame-de-Foy, 771, rue Jacques-Berthiaume	G1V 3T3	
PP	Parc Provancher, 4170, rue Michel-Hervé	G1Y 1T1	
PPJC	Parc de la Plage-Jacques-Cartier Secteur Est : 3636, chemin du Pavillon Secteur Ouest : 4155, chemin de la Plage-Jacques-Cartier	G1Y 1W3	418 654-4443
PPL	Parc du Plateau, 4575, rue de la Promenade-des-Soeurs	G1Y 2S4	
PPR	Parc des Primevères, 1459, rue Félix-Antoine-Savard	G2G 1P6	

SIGLE	ADRESSE	CODE POSTAL	TÉLÉPHONE
PRB	Parc Roland-Beaudin, 929, avenue Roland-Beaudin	G1V 4M8	418 641-6300
PRO	Parc Ross, 1290, avenue Ernest-Lavigne	G1T 2K6	
PRR	Parc Raymond-De Rosa, 3224, rue Armand-Hamelin	G1W 2W7	
PSB	Piscine Sylvie-Bernier, 3020, boulevard Hochelaga	G1V 3Y4	418 641-6284
PSBE	Parc Saint-Benoît, 3454, rue Rochambeau	G1X 2H1	
PSCG	Parc Saint-Charles-Garnier, 1730, rue Sheppard (accès via la rue Dina-Bélanger)	G1S 1L2	
PSG	Parc Sainte-Geneviève, 3200, avenue D'Amours	G1X 1L9	
PSJB	Parc Saint-Jean-Baptiste-De La Salle, 2608, rue Biencourt	G1V 1H3	
PSLF	Parc Saint-Louis-de-France, 1560, route de l'Église	G1W 3P5	
PSM	Parc Saint-Michel, 2020, rue Narcisse-Roy	G1T 1V2	
PSY	Parc Saint-Yves, 2530, rue Anthony-Law	G1W 1J1	
SSEPF	Sous-sol de l'école Filteau, 830, rue De Saurel	G1X 3P6	418 654-4305
SSESC	Sous-sol de l'église Saint-Charles-Garnier, 1215, avenue du Chanoine-Morel	G1S 4B1	
SSESG	Sous-sol de l'église Sainte-Geneviève, 3180, avenue D'Amours	G1X 1L9	
SSESM	Sous-sol de l'école Saint-Mathieu, 995, avenue Duchesneau	G1W 4B8	418 654-4753
SSESU	Sous-sol de l'église Sainte-Ursule, 3290, rue Armand-Hamelin	G1W 2W9	418 654-4071
VBA	Villa Bagatelle, 1563, chemin Saint-Louis	G1S 1G1	418 654-0259

Comment vous inscrire aux activités de loisirs?

L'Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge présente la programmation des activités de loisirs offertes au cours de l'automne et de l'hiver par sa Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire ainsi que les organismes avec qui elle collabore. Soulignons que ces organismes se composent de citoyens bénévoles qui, dans l'organisation des loisirs, bénéficient du soutien de l'Arrondissement.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Dans l'arrondissement, l'inscription aux activités de loisirs s'effectue dorénavant de deux façons :

- par Internet ou par la poste.

Par Internet

La Ville offre maintenant aux résidants de Québec la possibilité de s'inscrire en ligne à plusieurs activités de loisirs. Lorsque le pictogramme ci-contre apparaît à côté du nom d'une activité, c'est que l'inscription peut se faire sur son site Internet.

Pour vous inscrire via le site Internet de la Ville :

- rendez-vous sur le www.ville.quebec.qc.ca/programmationloisirs;
- ouvrez votre Dossier loisir ou, si vous n'en avez pas créé un lors d'une inscription antérieure, faites-le maintenant;
- assurez-vous de pouvoir fournir votre numéro de carte de crédit, Visa ou Mastercard, ainsi qu'une adresse de courriel valide.

Période d'inscription

RÉSIDANTS DE QUÉBEC	AUTOMNE	HIVER
Activités du club de gymnastique Québec Performance (p. 70)	Du 23 août, 10 h, au 3 septembre, 16 h	Du 29 novembre, 10 h, au 23 décembre, 16 h
Autres activités	Du 23 août, 13 h, au 5 septembre, 16 h	Du 29 novembre, 13 h, au 19 décembre, 16 h
RÉSIDANTS D'AILLEURS		
Par la poste seulement (voir ci-dessous)		

Certains organismes partenaires de l'Arrondissement offrent également le service d'inscription en ligne. Surveillez le pictogramme ci-contre. S'il figure près du nom d'un organisme, vous pouvez faire votre inscription sur le site Internet de celui-ci. Lisez bien les modalités d'inscription, car elles varient d'un organisme à l'autre.

Si vous n'avez pas d'ordinateur, vous pouvez vous présenter à une bibliothèque municipale (www.bibliothequesdequebec.qc.ca), qui en mettra un à votre disposition.

Notez que **l'inscription en ligne est beaucoup plus rapide que celle effectuée par la poste**. Pensez-y, surtout si l'activité choisie est contingentée!

Par la poste

Pour envoyer votre inscription par la poste, vous devez, dans un premier temps, remplir la fiche appropriée. (Les fiches d'inscription se trouvent respectivement dans les pages 225 à 231 de la présente programmation ou sur le site Internet de la Ville). Vous pouvez inscrire un maximum de trois activités sur une même fiche. Si vous avez besoin de plus d'une fiche, il suffit de faire des photocopies.

Veuillez :

- écrire lisiblement sur la fiche le code de l'activité et celui du groupe correspondant à l'activité choisie (ils sont inscrits dans les deux premières colonnes des tableaux, ex : AQUF3003, 02);
- y joindre une photocopie d'un justificatif de domicile (*preuve de résidence*), comme le compte de taxes ou autres (notez que les chèques personnalisés ne sont pas considérés comme des pièces justificatives);
- transmettre un chèque libellé à l'ordre de la Ville de Québec, lequel portera comme date celle qui précède de 15 jours le début de l'activité (par exemple, si elle commence le 15 septembre, inscrivez le 1er septembre);
- bien lire la description de l'organisme qui offre l'activité, car les modalités d'inscription peuvent différer d'un organisme à l'autre.

Transmettez votre envoi à l'adresse suivante :
Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire
Édifice Andrée-P.-Boucher
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

Périodes d'inscription

RÉSIDANTS DE QUÉBEC	AUTOMNE	HIVER
Toutes les activités	Du 25 août au 5 septembre	Du 1er décembre au 9 janvier
RÉSIDANTS D'AILLEURS		
Toutes les activités	À compter du 29 août	À compter 5 décembre

Pour vous accommoder, la Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire vous permet aussi de déposer vos fiches d'inscription au bureau d'arrondissement, cela du 25 août au 5 septembre. Une boîte installée près de la réception du rez-de-chaussée a été prévue à cet effet.

TRAITEMENT DES INSCRIPTIONS

Les inscriptions faites via Internet sont traitées selon leur ordre d'arrivée tout comme celles transmises par la poste qui parviennent au bureau d'arrondissement pendant la période d'inscription.

Sachez toutefois que les fiches apportées directement au bureau d'arrondissement pendant la période d'inscription sont traitées à la fin de la journée où elles ont été reçues. Si elles sont acheminées avant le 25 août, soit avant le premier jour de la période d'inscription, elles seront traitées le 25 août en fin de journée. Un tirage au sort déterminera leur ordre d'arrivée.

La Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire se réserve le droit d'annuler une activité pour laquelle le nombre minimal de participants serait insuffisant.

Si le groupe que vous avez choisi est complet, elle vous offrira la possibilité de vous joindre à un autre groupe ou encore d'être remboursé.

CONFIRMATION DES INSCRIPTIONS

Inscriptions transmises par Internet

Vous recevrez une confirmation électronique de votre inscription une fois celle-ci complétée.

Inscriptions transmises par la poste ou déposées au bureau d'arrondissement

Une confirmation d'inscription vous parviendra par **courriel** ou par la **poste** (aucune confirmation ne s'effectuera par téléphone). Vérifiez bien les renseignements qui y figurent. S'ils diffèrent de ceux que vous avez fournis, veuillez appeler sans tarder au 418 641-6003.

DROITS D'INSCRIPTION

Les droits d'inscription sont payables au complet. Lorsqu'elles s'appliquent, la TPS et la TVQ sont incluses dans le prix indiqué.

Notez que 27 $ seront facturés à l'expéditeur dont le chèque nous est retourné, et ce, quelle qu'en soit la raison.

Personnes résidant à l'extérieur de Québec

Si vous habitez à l'extérieur de Québec, vous pourrez vous inscrire à une ou à des activités dès le **29 août (automne) ou le 5 décembre (hiver), et ce, par la poste seulement**.

Vous aurez à payer 50 % de plus en droits d'inscription, à moins d'indication contraire. Certaines activités aquatiques échappent à cette règle. Si tel est le cas, les prix sont indiqués entre parenthèses dans le tableau se rapportant à l'activité ou dans la page à laquelle il renvoie.

REMBOURSEMENT

Les frais payés pour les cours ou les ateliers offerts par l'Arrondissement ne sont généralement pas remboursables. Cependant, il pourrait vous remettre votre argent, au complet ou en partie, si une situation exceptionnelle se présentait : maladie, blessure ou déménagement, par exemple.

Vous devrez alors transmettre une demande écrite à la Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire, et ce, le plus tôt possible. Si elle est acceptée, des frais d'administration seront retenus ainsi qu'un montant correspondant au prorata des sommes engagées jusqu'au moment où vous faites la demande.

Cette politique peut ne pas s'appliquer aux activités offertes par les organismes de loisirs partenaires. Veuillez donc lire les modalités de remboursement propres à chacun ou les appeler au besoin.

REÇUS D'IMPÔT

Les parents qui peuvent réclamer des déductions fiscales liées à la garde des enfants doivent remplir la section *Responsable du dossier*, qui se trouve dans leur *Dossier loisir*.

ACTIVITÉS SUR GLACE DANS LES ARÉNAS

Une contribution financière est demandée aux municipalités voisines afin de permettre aux jeunes âgés de 21 ans et moins, résidant dans celles-ci, de s'inscrire aux sports sur glace. Cette contribution est versée à la Ville de Québec à la suite d'une entente conclue avec chaque municipalité concernée. Cette entente peut prendre la forme d'échanges de services. Les personnes résidant à l'extérieur de Québec sont donc invitées à s'informer auprès de leur Municipalité pour savoir si elles peuvent s'inscrire à une activité offerte dans la ville de Québec et si des frais supplémentaires s'appliquent.

PROGRAMME ACCÈS-LOISIRS

Les personnes et les familles aux prises avec des difficultés financières peuvent, à certaines conditions, participer gratuitement à des activités culturelles, sportives et à des activités de plein air. Il leur suffit de se présenter au bureau de la Courtepointe situé au centre communautaire Claude-Allard (3200, avenue D'Amours) aux heures indiquées ci-dessous. L'offre d'activités dépend des places disponibles.

Période d'inscription

Automne : le 10 septembre de 13 h à 19 h 30 et le 11 septembre de 8 h 30 à 16 h 30
Hiver : le 14 janvier de 13 h à 19 h 30 et le 15 janvier de 8 h 30 à 16 h 30
Renseignements supplémentaires : 418 657-4821; www.accesloisirsquebec.org

LÉGENDE DES PICTOGRAMMES

Inscription sur le site Internet de Ville de Québec

Inscription sur le site Internet d'un organisme

Handicap physique

Handicap intellectuel

Activité pour la famille

Nouveauté

Activités aquatiques

- Aucune reprise de cours en cas d'absence
- Possibilité de choisir l'horaire qui convient le mieux en jumelant différents cours

AQUAFORME

- Conditionnement physique en eau peu profonde
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3003	01	Adultes	Lun. 17 h à 17 h 55	PSB	2014-09-22	10 sem.	p. 15
AQUF3003	02	Adultes	Lun. 18 h à 18 h 55	PSB	2014-09-22	10 sem.	
AQUF3003	03	Adultes	Mar. 7 h à 7 h 55	PSB	2014-09-23	10 sem.	
AQUF3003	04	Adultes, taille forte	Mar. 17 h à 17 h 55	PSB	2014-09-23	10 sem.	
AQUF3003	05	Adultes	Mar. 18 h à 18 h 55	PSB	2014-09-23	10 sem.	
AQUF3003	06	Adultes	Mar. 19 h à 19 h 55	PSB	2014-09-23	10 sem.	
AQUF3003	07	Adultes	Mer. 17 h à 17 h 55	PSB	2014-09-24	10 sem.	
AQUF3003	08	Adultes	Mer. 18 h à 18 h 55	PSB	2014-09-24	10 sem.	
AQUF3003	09	Adultes	Jeu. 7 h à 7 h 55	PSB	2014-09-25	10 sem.	
AQUF3003	10	Adultes, taille forte	Jeu. 17 h à 17 h 55	PSB	2014-09-25	10 sem.	
AQUF3003	11	Adultes	Jeu. 18 h à 18 h 55	PSB	2014-09-25	10 sem.	

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3003	51	Adultes	Lun. 17 h à 17 h 55	PSB	2015-01-12	10 sem.	p. 15
AQUF3003	52	Adultes	Lun. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-01-12	10 sem.	
AQUF3003	53	Adultes	Mar. 7 h à 7 h 55	PSB	2015-01-13	10 sem.	
AQUF3003	54	Adultes, taille forte	Mar. 17 h à 17 h 55	PSB	2015-01-13	10 sem.	
AQUF3003	55	Adultes	Mar. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-01-13	10 sem.	
AQUF3003	56	Adultes	Mar. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-01-13	10 sem.	
AQUF3003	57	Adultes	Mer. 17 h à 17 h 55	PSB	2015-01-14	10 sem.	
AQUF3003	58	Adultes	Mer. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-01-14	10 sem.	
AQUF3003	59	Adultes	Jeu. 7 h à 7 h 55	PSB	2015-01-15	10 sem.	
AQUF3003	60	Adultes, taille forte	Jeu. 17 h à 17 h 55	PSB	2015-01-15	10 sem.	
AQUF3003	61	Adultes	Jeu. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-01-15	10 sem.	

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AQUAFORME

- Conditionnement physique en eau peu profonde
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3005	01	55 ans et +	Lun. 8 h à 8 h 55	PSB	2014-09-22	10 sem.	p. 15
AQUF3005	02	55 ans et +	Mar. 7 h à 7 h 55	PSB	2014-09-23	10 sem.	
AQUF3005	03	55 ans et +	Mar. 8 h à 8 h 55	PSB	2014-09-23	10 sem.	
AQUF3005	04	55 ans et +	Mer. 8 h à 8 h 55	PSB	2014-09-24	10 sem.	
AQUF3005	05	55 ans et +	Jeu. 7 h à 7 h 55	PSB	2014-09-25	10 sem.	
AQUF3005	06	55 ans et +	Jeu. 8 h à 8 h 55	PSB	2014-09-25	10 sem.	
AQUF3005	07	55 ans et +	Ven. 8 h à 8 h 55	PSB	2014-09-19	10 sem.	
AQUF3006	01	55 ans et +, groupe 3	À déterminer, 2 fois/sem.	PSB	À déterminer	10 sem.	116 $
AQUF3006	02	55 ans et +, groupe 4	À déterminer, 2 fois/sem.	PSB	À déterminer	10 sem.	116 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3005	51	55 ans et +	Lun. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-01-12	10 sem.	p. 15
AQUF3005	52	55 ans et +	Mar. 7 h à 7 h 55	PSB	2015-01-13	10 sem.	
AQUF3005	53	55 ans et +	Mar. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-01-13	10 sem.	
AQUF3005	54	55 ans et +	Mer. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-01-14	10 sem.	
AQUF3005	55	55 ans et +	Jeu. 7 h à 7 h 55	PSB	2015-01-15	10 sem.	
AQUF3005	56	55 ans et +	Jeu. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-01-15	10 sem.	
AQUF3005	57	55 ans et +	Ven. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-01-09	10 sem.	
AQUF3006	51	55 ans et +, groupe 3	À déterminer, 2 fois/sem.	PSB	À déterminer	10 sem.	116 $
AQUF3006	52	55 ans et +, groupe 4	À déterminer, 2 fois/sem.	PSB	À déterminer	10 sem.	116 $

AQUAFORME ET AQUAJOGGING (Combiné)

- Conditionnement physique en eau peu profonde et en eau profonde
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3002	01	Adultes	Dim. 20 h à 20 h 55	**PJA**	2014-09-21	10 sem.	p. 15

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3002	51	Adultes	Dim. 20 h à 20 h 55	**PJA**	2015-01-11	10 sem.	p. 15

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AQUAJOGGING

- Conditionnement physique en eau profonde
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3009	01	Adultes	Dim. 19 h à 19 h 55	**PJA**	2014-09-21	10 sem.	p. 15
AQUF3009	02	Adultes	Ven. 16 h 30 à 17 h 25	PSB	2014-09-19	10 sem.	
AQUF3010	01	55 ans et +	Mar. 8 h à 8 h 55	PSB	2014-09-23	10 sem.	
AQUF3010	02	55 ans et +	Jeu. 8 h à 8 h 55	PSB	2014-09-25	10 sem.	
AQUF3010	03	55 ans et +	Ven. 8 h à 8 h 55	PSB	2014-09-19	10 sem.	

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3009	51	Adultes	Dim. 19 h à 19 h 55	**PJA**	2015-01-11	10 sem.	p. 15
AQUF3009	52	Adultes	Ven. 16 h 30 à 17 h 25	PSB	2015-01-09	10 sem.	
AQUF3010	51	55 ans et +	Mar. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-01-13	10 sem.	
AQUF3010	52	55 ans et +	Jeu. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-01-15	10 sem.	
AQUF3010	53	55 ans et +	Ven. 8 h à 8 h 55	PSB	2015-01-09	10 sem.	

AQUAJOGGING ET NATATION (Combiné)

- Conditionnement physique en eau profonde
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3001	01	Adultes	Jeu. 19 h à 19 h 55	PSB	2014-09-25	10 sem.	p. 15

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3001	51	Adultes	Jeu. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-01-15	10 sem.	p. 15

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AQUASPINNING

- Conditionnement physique en eau peu profonde sur un vélo stationnaire
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Port de chaussures d'eau recommandé
- Installation des vélos dans la piscine sous la responsabilité des participants

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3013	01	Adultes	Lun. 19 h à 19 h 55	PSB	2014-09-22	10 sem.	ci-dessous
AQUF3013	02	Adultes	Lun. 20 h à 20 h 55	PSB	2014-09-22	10 sem.	
AQUF3013	03	Adultes	Mar. 16 h à 16 h 55	PSB	2014-09-23	10 sem.	
AQUF3013	04	Adultes	Mar. 20 h à 20 h 55	PSB	2014-09-23	10 sem.	
AQUF3013	05	Adultes	Mer. 19 h à 19 h 55	PSB	2014-09-24	10 sem.	
AQUF3013	06	Adultes	Mer. 20 h à 20 h 55	PSB	2014-09-24	10 sem.	
AQUF3013	07	Adultes	Jeu. 16 h à 16 h 55	PSB	2014-09-25	10 sem.	
AQUF3013	08	Adultes	Jeu. 20 h à 20 h 55	PSB	2014-09-25	10 sem.	

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUF3013	51	Adultes	Lun. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-01-12	10 sem.	ci-dessous
AQUF3013	52	Adultes	Lun. 20 h à 20 h 55	PSB	2015-01-12	10 sem.	
AQUF3013	53	Adultes	Mar. 16 h à 16 h 55	PSB	2015-01-13	10 sem.	
AQUF3013	54	Adultes	Mar. 20 h à 20 h 55	PSB	2015-01-13	10 sem.	
AQUF3013	55	Adultes	Mer. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-01-14	10 sem.	
AQUF3013	56	Adultes	Mer. 20 h à 20 h 55	PSB	2015-01-14	10 sem.	
AQUF3013	57	Adultes	Jeu. 16 h à 16 h 55	PSB	2015-01-15	10 sem.	
AQUF3013	58	Adultes	Jeu. 20 h à 20 h 55	PSB	2015-01-15	10 sem.	

Coûts des cours énumérés dans les pages 12 à 15 ainsi que 32 et 33.

	1 FOIS SEM.	2 FOIS SEM.	3 FOIS SEM.	4 FOIS SEM.
Automne				
Adultes (résidant à Québec) Adultes (résidant ailleurs)	77 $ 115,50 $	135 $ 202,50 $	203 $ 304,50 $	271 $ 406,50 $
Aînés (55 et +) (résidant à Québec) Aînés (55 et +) (résidant ailleurs)	65 $ 115,50 $	116 $ 202,50 $	173 $ 304,50 $	
Hiver				
Adultes (résidant à Québec) Adultes (résidant ailleurs)	77 $ 115,50 $	135 $ 202,50 $	203 $ 304,50 $	266 $ 399 $
Aînés (55 et +) (résidant à Québec) Aînés (55 et +) (résidant ailleurs)	65 $ 115,50 $	116 $ 202,50 $	173 $ 304,50 $	

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CROIX-ROUGE (Programme de la)

- Aucun cours ne peut être repris en cas d'absence.
- Les parents accompagnant un enfant de moins de 8 ans doivent choisir un vestiaire selon leur sexe.

Les montants indiqués entre parenthèses sont ceux que doivent payer les personnes résidant à l'extérieur de Québec.

ÉTOILE DE MER / 6 À 12 MOIS

- Dans ce cours d'initiation, l'enfant découvre qu'il peut flotter, il apprend graduellement à entrer dans l'eau et à s'y mouvoir. (L'emploi du ballon dorsal est recommandé.)
- Préalable : l'enfant doit pouvoir lever sa tête sans aide.
- Exigence : un parent doit accompagner l'enfant dans l'eau.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3001	01	Sam. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3001	02	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3001	03	Sam. 10 h à 10 h 30	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3001	04	Dim. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3001	51	Sam. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3001	52	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3001	53	Sam. 10 h à 10 h 30	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3001	54	Dim. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)

CANARD / 12 À 24 MOIS

- Ce cours permet à l'enfant de prendre de l'assurance en prenant part aux activités aquatiques et aux jeux proposés. (L'emploi du ballon dorsal est recommandé.)
- Exigence : un parent doit accompagner l'enfant dans l'eau.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3002	01	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	02	Sam. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	03	Sam. 10 h 30 à 11 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	04	Sam. 10 h 30 à 11 h	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	05	Sam. 11 h à 11 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	06	Dim. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	07	Dim. 10 h 30 à 11 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	08	Dim. 11 h à 11 h 30	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3002	51	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	52	Sam. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	53	Sam. 10 h 30 à 11 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	54	Sam. 10 h 30 à 11 h	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	55	Sam. 11 h à 11 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	56	Dim. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	57	Dim. 10 h 30 à 11 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3002	58	Dim. 11 h à 11 h 30	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)

TORTUE DE MER / 24 À 36 MOIS

- Dans ce cours, l'enfant acquiert une plus grande autonomie. Il développe son habileté à glisser et à flotter. Il se familiarise avec l'eau en faisant des entrées sécuritaires. (L'emploi du ballon dorsal est recommandé.)
- Exigence : un parent doit accompagner l'enfant dans l'eau.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3003	01	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	02	Ven. 18 h 30 à 19 h	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	03	Sam. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	04	Sam. 11 h à 11 h 30	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	05	Sam. 11 h 30 à 12 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	06	Sam. 12 h à 12 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	07	Sam. 12 h 30 à 13 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	08	Dim. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	09	Dim. 11 h 30 à 12 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	10	Dim. 12 h à 12 h 30	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	11	Dim. 12 h 30 à 13 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3003	51	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	52	Ven. 18 h 30 à 19 h	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	53	Sam. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	54	Sam. 11 h à 11 h 30	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	55	Sam. 11 h 30 à 12 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	56	Sam. 12 h à 12 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	57	Sam. 12 h 30 à 13 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	58	Dim. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	59	Dim. 11 h 30 à 12 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	60	Dim. 12 h à 12 h 30	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3003	61	Dim. 12 h 30 à 13 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)

LOUTRE DE MER / 3 À 5 ANS

- Ce cours de transition permet à l'enfant, qui est confié graduellement aux bons soins du moniteur, d'améliorer sa capacité à flotter et à glisser. Il apprend à nager 1 m seul.
- Exigence : un parent doit accompagner l'enfant dans l'eau jusqu'à ce que sa présence ne soit plus nécessaire.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3004	01	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	02	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	03	Ven. 18 h 30 à 19 h	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	04	Sam. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	05	Sam. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	06	Sam. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	07	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	08	Sam. 10 h à 10 h 30	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	09	Sam. 10 h 30 à 11 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	10	Sam. 11 h à 11 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	11	Sam. 11 h 30 à 12 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	12	Sam. 11 h 30 à 12 h	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	13	Sam. 12 h à 12 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	14	Sam. 12 h 30 à 13 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	15	Dim. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	16	Dim. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	17	Dim. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	18	Dim. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	19	Dim. 10 h 30 à 11 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3004	20	Dim. 11 h à 11 h 30	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	21	Dim. 11 h 30 à 12 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	22	Dim. 12 h à 12 h 30	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	23	Dim. 12 h 30 à 13 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3004	51	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	52	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	53	Ven. 18 h 30 à 19 h	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	54	Sam. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	55	Sam. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	56	Sam. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	57	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	58	Sam. 10 h à 10 h 30	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	59	Sam. 10 h 30 à 11 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	60	Sam. 11 h à 11 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	61	Sam. 11 h 30 à 12 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	62	Sam. 11 h 30 à 12 h	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	63	Sam. 12 h à 12 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	64	Sam. 12 h 30 à 13 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	65	Dim. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	66	Dim. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	67	Dim. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	68	Dim. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	69	Dim. 10 h 30 à 11 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	70	Dim. 11 h à 11 h 30	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	71	Dim. 11 h 30 à 12 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	72	Dim. 12 h à 12 h 30	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3004	73	Dim. 12 h 30 à 13 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

SALAMANDRE / 3 À 5 ANS

- Préalables : être à l'aise dans l'eau peu profonde sans la présence du parent, flotter avec de l'aide et immerger le visage pendant au moins 3 secondes.
- Exigence : l'enfant doit avoir au moins 3 ans au premier cours.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3005	01	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	02	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	03	Ven. 18 h 30 à 19 h	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	04	Ven. 19 h à 19 h 30	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	05	Sam. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	06	Sam. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	07	Sam. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	08	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	09	Sam. 10 h 30 à 11 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	10	Sam. 10 h 30 à 11 h	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	11	Sam. 11 h à 11 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	12	Sam. 11 h 30 à 12 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	13	Sam. 12 h à 12 h 30	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	14	Dim. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	15	Dim. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	16	Dim. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	17	Dim. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	18	Dim. 10 h 30 à 11 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	19	Dim. 11 h à 11 h 30	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	20	Dim. 11 h 30 à 12 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3005	51	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	52	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	53	Ven. 18 h 30 à 19 h	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	54	Ven. 19 h à 19 h 30	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	55	Sam. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	56	Sam. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	57	Sam. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	58	Sam. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	59	Sam. 10 h 30 à 11 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	60	Sam. 10 h 30 à 11 h	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ACTIVITÉ	GR	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3005	61	Sam. 11 h à 11 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	62	Sam. 11 h 30 à 12 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	63	Sam. 12 h à 12 h 30	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	64	Dim. 8 h 15 à 8 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	65	Dim. 8 h 45 à 9 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	66	Dim. 9 h 15 à 9 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	67	Dim. 9 h 45 à 10 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	68	Dim. 10 h 30 à 11 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	69	Dim. 11 h à 11 h 30	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3005	70	Dim. 11 h 30 à 12 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)

POISSON-LUNE / 3 À 5 ANS

- Préalables : avoir réussi le cours Salamandre, pouvoir flotter sur le ventre et sur le dos sans aide et nager 2 m
- Niveau équivalent pour un enfant de 6 ans : Junior 1
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3006	01	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	02	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	03	Ven. 19 h 30 à 20 h	PSB	2014-09-19	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	04	Sam. 8 h 30 à 9 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	05	Sam. 9 h à 9 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	06	Sam. 10 h à 10 h 30	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	07	Sam. 10 h 30 à 11 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	08	Sam. 11 h à 11 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	09	Sam. 11 h 30 à 12 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	10	Sam. 12 h à 12 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	11	Dim. 8 h 30 à 9 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	12	Dim. 9 h à 9 h 30	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	13	Dim. 10 h 30 à 11 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	14	Dim. 11 h à 11 h 30	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	15	Dim. 11 h 30 à 12 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	48 $ (79 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3006	51	Ven. 17 h 30 à 18 h	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	52	Ven. 18 h à 18 h 30	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	53	Ven. 19 h 30 à 20 h	PSB	2015-01-09	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	54	Sam. 8 h 30 à 9 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	55	Sam. 9 h à 9 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	56	Sam. 10 h à 10 h 30	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	57	Sam. 10 h 30 à 11 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	58	Sam. 11 h à 11 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	59	Sam. 11 h 30 à 12 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	60	Sam. 12 h à 12 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	61	Dim. 8 h 30 à 9 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	62	Dim. 9 h à 9 h 30	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	63	Dim. 10 h 30 à 11 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	64	Dim. 11 h à 11 h 30	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)
PRES3006	65	Dim. 11 h 30 à 12 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	48 $ (79 $)

CROCODILE / 3 À 5 ANS

- Ce cours en est un de transition. L'enfant se familiarise avec l'eau plus profonde.
- Préalables : avoir réussi le cours Poisson-lune ou pouvoir sauter dans l'eau peu profonde, flotter et glisser sur le ventre et sur le dos sans aide, se maintenir à la surface 5 secondes et nager 5 m de façon continue
- Niveau équivalent pour un enfant de plus de 6 ans : Junior 2
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3007	01	Ven. 18 h 30 à 19 h 15	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	02	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	03	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	04	Sam. 10 h à 10 h 45	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	05	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	06	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	07	Dim. 12 h à 12 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3007	51	Ven. 18 h 30 à 19 h 15	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	52	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	53	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	54	Sam. 10 h à 10 h 45	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	55	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	56	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3007	57	Dim. 12 h à 12 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)

BALEINE / 3 À 5 ANS

- Préalables : avoir réussi le cours Crocodile ou être en mesure de se déplacer dans l'eau profonde, de flotter et de glisser sur le ventre, sur le dos et sur le côté sans aide et nager 10 m de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3008	01	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3008	02	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3008	03	Sam. 10 h à 10 h 45	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3008	04	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PRES3008	51	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3008	52	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3008	53	Sam. 10 h à 10 h 45	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
PRES3008	54	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

JUNIOR 1 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 1

- Ce cours familiarise le jeune avec les installations aquatiques. Il s'adresse à celui qui n'a jamais suivi de cours de natation ou qui se sent peu à l'aise dans l'eau ou encore à celui qui ne peut nager seul. Le participant est initié à la flottaison et aux glissements.
- Niveau équivalent pour un enfant de moins de 6 ans : Poisson-Lune
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3001	01	Ven. 18 h 30 à 19 h 15	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	02	Ven. 19 h à 19 h 45	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	03	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	04	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	05	Sam. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	06	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	07	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	08	Sam. 11 h à 11 h 45	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	09	Sam. 11 h 15 à 12 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	10	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	11	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	12	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	13	Dim. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	14	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	15	Dim. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	16	Dim. 11 h 15 à 12 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	17	Dim. 12 h à 12 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3001	51	Ven. 18 h 30 à 19 h 15	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	52	Ven. 19 h à 19 h 45	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	53	Ven. 19 h 15 à 20 h	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	54	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	55	Sam. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	56	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	57	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	58	Sam. 11 h à 11 h 45	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	59	Sam. 11 h 15 à 12 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	60	Sam. 11 h 45 à 12 h 30	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	61	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	62	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3001	63	Dim. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	64	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	65	Dim. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	66	Dim. 11 h 15 à 12 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3001	67	Dim. 12 h à 12 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)

JUNIOR 2 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 2

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 1 ou pouvoir se déplacer dans l'eau profonde avec de l'aide, flotter et glisser sur le ventre et sur le dos sans aide et nager 5 m de façon continue
- Niveau équivalent pour un enfant de moins de 6 ans : Crocodile
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3002	01	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	02	Ven. 18 h 15 à 19 h	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	03	Ven. 18 h 45 à 19 h 30	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	04	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	05	Sam. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	06	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	07	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	08	Sam. 10 h 45 à 11 h 30	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	09	Sam. 11 h 15 à 12 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	10	Sam. 11 h 30 à 12 h 15	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	11	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	12	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	13	Dim. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	14	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	15	Dim. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	16	Dim. 11 h 15 à 12 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3002	51	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	52	Ven. 18 h 15 à 19 h	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	53	Ven. 18 h 45 à 19 h 30	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	54	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	55	Sam. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	56	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	57	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	58	Sam. 10 h 45 à 11 h 30	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	59	Sam. 11 h 15 à 12 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	60	Sam. 11 h 30 à 12 h 15	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	61	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	62	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	63	Dim. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	64	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	65	Dim. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3002	66	Dim. 11 h 15 à 12 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)

JUNIOR 3 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 3

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 2 ou nager 5 m sur le ventre, en tournant les bras, et nager 10 m sur le dos
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3003	01	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	02	Ven. 18 h 45 à 19 h 30	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	03	Ven. 19 h à 19 h 45	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	04	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	05	Sam. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	06	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	07	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	08	Sam. 10 h 45 à 11 h 30	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	09	Sam. 11 h 15 à 12 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	10	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	11	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	12	Dim. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	13	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	14	Dim. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	15	Dim. 11 h 15 à 12 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3003	51	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	52	Ven. 18 h 45 à 19 h 30	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	53	Ven. 19 h à 19 h 45	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	54	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	55	Sam. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	56	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	57	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	58	Sam. 10 h 45 à 11 h 30	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	59	Sam. 11 h 15 à 12 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	60	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	61	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	62	Dim. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	63	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	64	Dim. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3003	65	Dim. 11 h 15 à 12 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)

JUNIOR 4 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 4

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 3 ou pouvoir nager le crawl sur une distance de 5 m, nager 10 m sur le dos et 15 m de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3004	01	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	02	Ven. 18 h 45 à 19 h 30	PSB	2014-09-19	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	03	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	04	Sam. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	05	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	06	Sam. 10 h à 10 h 45	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	07	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	08	Sam. 10 h 45 à 11 h 30	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	09	Sam. 11 h 15 à 12 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	10	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2014-09-20	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	11	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	12	Dim. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	13	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	14	Dim. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	15	Dim. 11 h 15 à 12 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3004	51	Ven. 18 h à 18 h 45	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	52	Ven. 18 h 45 à 19 h 30	PSB	2015-01-09	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	53	Sam. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	54	Sam. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	55	Sam. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	56	Sam. 10 h à 10 h 45	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	57	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	58	Sam. 10 h 45 à 11 h 30	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	59	Sam. 11 h 15 à 12 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	60	Sam. 12 h à 12 h 45	PSB	2015-01-10	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	61	Dim. 8 h à 8 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	62	Dim. 8 h 45 à 9 h 30	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	63	Dim. 9 h 30 à 10 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	64	Dim. 10 h 30 à 11 h 15	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)
JUNI3004	65	Dim. 11 h 15 à 12 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)

JUNIOR 5 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 5

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 4 ou pouvoir, sur 10 m, nager le crawl, nager sur le dos et enfin, nager 25 m (1 longueur) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3005	01	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2014-09-19	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	02	Ven. 18 h 45 à 19 h 40	PSB	2014-09-19	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	03	Sam. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	04	Sam. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	05	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	06	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	07	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	08	Dim. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	09	Dim. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	10	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	11	Dim. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $ (99 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3005	51	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-01-09	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	52	Ven. 18 h 45 à 19 h 40	PSB	2015-01-09	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	53	Sam. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	54	Sam. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	55	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	56	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	57	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	58	Dim. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	59	Dim. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	60	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3005	61	Dim. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $ (99 $)

JUNIOR 6 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 6

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 5 ou pouvoir nager le crawl et le dos crawlé sur 15 m et exécuter le coup de pied fouetté sur le dos sur 5 m et nager 50 m (2 longueurs) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3006	01	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2014-09-19	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	02	Sam. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	03	Sam. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	04	Sam. 10 h à 10 h 55	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	05	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	06	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	07	Dim. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	08	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $ (99 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3006	51	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-01-09	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	52	Sam. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	53	Sam. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	54	Sam. 10 h à 10 h 55	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	55	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	56	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	57	Dim. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3006	58	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $ (99 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

JUNIOR 7 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 7

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 6 ou pouvoir nager le crawl et le dos crawlé sur 25 m, le dos élémentaire sur 15 m et nager 75 m (3 longueurs) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3007	01	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2014-09-19	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	02	Sam. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	03	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	04	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	05	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	06	Dim. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	07	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $ (99 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3007	51	Ven. 18 h à 18 h 55	PSB	2015-01-09	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	52	Sam. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	53	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	54	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	55	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	56	Dim. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3007	57	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $ (99 $)

JUNIOR 8 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 8

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 7 ou pouvoir nager le crawl et le dos crawlé sur 50 m, le dos élémentaire sur 25 m, exécuter le coup de pied fouetté sur le ventre sur 15 m et nager 150 m (6 longueurs) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3008	01	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2014-09-19	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3008	02	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3008	03	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3008	04	Dim. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $ (99 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3008	51	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-01-09	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3008	52	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3008	53	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3008	54	Dim. 8 h 15 à 9 h 10	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $ (99 $)

JUNIOR 9 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 9

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 8 ou nager le crawl et le dos crawlé sur 75 m, le dos élémentaire et la brasse sur 25 m et nager 300 m (12 longueurs) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3009	01	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2014-09-19	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3009	02	Sam. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3009	03	Sam. 11 h à 11 h 55	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3009	04	Dim. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $ (99 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3009	51	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-01-09	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3009	52	Sam. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3009	53	Sam. 11 h à 11 h 55	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3009	54	Dim. 9 h 15 à 10 h 10	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $ (99 $)

JUNIOR 10 / 6 À 16 ANS, NIVEAU 10

- Préalables : avoir réussi le cours Junior 9 ou nager le crawl et le dos crawlé sur 100 m, le dos élémentaire et la brasse sur 50 m, la marinière sur 15 m et nager 400 m (16 longueurs) de façon continue
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3010	01	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2014-09-19	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3010	02	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3010	03	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2014-09-20	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3010	04	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $ (99 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JUNI3010	51	Ven. 19 h à 19 h 55	PSB	2015-01-09	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3010	52	Sam. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3010	53	Sam. 11 h 30 à 12 h 25	**PJA**	2015-01-10	10 sem.	60 $ (99 $)
JUNI3010	54	Dim. 10 h 30 à 11 h 25	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $ (99 $)

NATATION ESSENTIEL 1

- Dans ce cours, l'élève apprend à être de plus en plus à l'aise dans l'eau peu profonde grâce à l'acquisition de notions et de techniques de base liées à la sécurité aquatique.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3010	01	Adultes, débutant Adaptation à l'eau peu profonde	Jeu. 18 h 30 à 19 h 25	**PJA**	2014-09-25	10 sem.	p. 15

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3010	51	Adultes, débutant Adaptation à l'eau peu profonde	Jeu. 18 h 30 à 19 h 25	**PJA**	2015-01-15	10 sem.	p. 15

NATATION ESSENTIEL 2

- Dans ce cours, l'élève apprend les styles de nage (le crawl et le dos crawlé) en augmentant son habileté et son endurance sur 15 m, ainsi qu'en approfondissant les connaissances et les techniques liées à la sécurité aquatique.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3011	01	Adultes, débutant Adaptation à l'eau profonde	Jeu. 19 h 30 à 20 h 25	**PJA**	2014-09-25	10 sem.	p. 15

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3011	51	Adultes, initié Adaptation à l'eau profonde	Jeu. 19 h 30 à 20 h 25	**PJA**	2015-01-15	10 sem.	p. 15

NATATION (STYLES DE NAGE)

- Ce cours en est un de perfectionnement. L'élève améliore les principales nages, le crawl, le dos crawlé, la brasse, la marinière et le dos élémentaire, en travaillant particulièrement en endurance. Le but est de nager 250 m (10 longueurs).
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3020	01	Apprentissage	Mar. 20 h à 20 h 55	**PJA**	2014-09-23	10 sem.	p. 15
AQUD3030	01	Perfectionnement	Mar. 21 h à 21 h 55	**PJA**	2014-09-23	10 sem.	p. 15

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AQUD3020	51	Apprentissage	Mar. 20 h à 20 h 55	**PJA**	2015-01-13	10 sem.	p. 15
AQUD3030	51	Perfectionnement	Mar. 21 h à 21 h 55	**PJA**	2015-01-13	10 sem.	p. 15

OLYMPIQUES SPÉCIAUX

- L'activité s'adresse aux enfants ayant une déficience intellectuelle.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
EVEN3001	01	7 ans et +	Dim. 12 h à 12 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	53 $ (87 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
EVEN3001	51	7 ans et +	Dim. 12 h à 12 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	53 $ (87 $)

MÉDAILLE DE BRONZE

- Exigence : avoir suivi le cours Junior 10 ou avoir obtenu l'Étoile de bronze
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3001	01	13 ans et +	Sam. 17 h à 20 h	PSB	2014-09-20	10 sem.	117 $ (193 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3001	51	13 ans et +	Sam. 17 h à 20 h	PSB	2015-01-10	10 sem.	117 $ (193 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CROIX DE BRONZE

- Exigence : avoir obtenu la Médaille de bronze
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3002	01	14 ans et +	Dim. 17 h 15 à 20 h 45	PSB	2014-09-21	10 sem.	148 $ (244 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3002	51	14 ans et +	Dim. 17 h 15 à 20 h 45	PSB	2015-01-11	10 sem.	148 $ (244 $)

PREMIERS SOINS, GÉNÉRAL

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Prévoir un goûter pour les deux midis

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3003	01	14 ans et +	Sam., dim. 9 h à 17 h 30	PSB	2014-09-13	2 jours	76 $ (125 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3003	51	14 ans et +	Sam., dim. 9 h à 17 h 30	PSB	2015-01-10	2 jours	76 $ (125 $)

SAUVETEUR NATIONAL

- Exigences : avoir obtenu la Croix de bronze, avoir suivi le cours *Premiers soins, général* et avoir 16 ans
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3004	01	16 ans et +	Sam. 16 h à 20 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	175 $ (262,50 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3004	51	16 ans et +	Sam. 16 h à 21 h	PSB	2015-01-17	9 sem.	175 $ (262,50 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ASSISTANT-MONITEUR EN SÉCURITÉ AQUATIQUE

- Exigences : avoir complété le cours Junior 10, avoir obtenu la Croix de bronze et avoir 15 ans
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3009	01	15 ans et +	Dim. 9 h 45 à 13 h	PSB	2014-09-21	10 sem.	146 $ (219 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3009	51	15 ans et +	Dim. 9 h 45 à 13 h	PSB	2015-01-11	10 sem.	146 $ (219 $)

MONITEUR EN SÉCURITÉ AQUATIQUE

- Exigences : être assistant-moniteur et avoir 15 ans
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3010	01	15 ans et +	Ven. 18 h à 22 h	PSB	2014-09-19	7 sem.	146 $ (219 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3010	51	15 ans et +	Ven. 18 h à 22 h	PSB	2015-01-09	7 sem.	146 $ (219 $)

REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3005	01	16 ans et +	Sam. 17 h à 22 h	**PJA**	2014-11-29	1 soir	61 $ (91,50 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3005	51	16 ans et +	Sam. 17 h à 22 h	**PJA**	2015-03-21	1 soir	61 $ (91,50 $)

REQUALIFICATION MONITEUR EN SÉCURITÉ AQUATIQUE

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACF3008	01	15 ans et +	Dim. 9 h à 13 h	PSB	2014-12-14	1 jour	56 $ (84 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

NATATION

Club de nage synchronisée Aquadanse de Sainte-Foy

- Responsable : Doris Turpin, 418 641-6301, poste 3391
- Inscription : 27 août à 18 h 30 à la piscine Jacques-Amyot (PJA)
- Journée porte ouverte le 12 septembre à l'intention des jeunes de 6 à 17 ans; thème : *À la découverte de la nage synchronisée*
- Frais supplémentaires pour l'entraînement offert dans le cadre du programme compétitif
- Changements dans les plages horaires possibles

NAGE SYNCHRONISÉE (Pré-camp)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3021	01	Tous	Mar., mer., jeu. 17 h à 19 h	**PJA**	2014-08-19	3 jours	30 $
NACL3021	02	Tous	Mar., mer., jeu. 17 h à 19 h	**PJA**	2014-08-26	3 jours	30 $

NAGE SYNCHRONISÉE (Niveau compétitif)

- Frais pour l'entraînement en sus, payables au club de nage synchronisée Aquadanse de Sainte-Foy

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3016	01	Initiation 6 à 18 ans	Mar. 18 h à 19 h Ven. 18 h à 19 h 30	**PJA** **PJA**	2014-09-05	15 sem.	60 $
NACL3015	01	Développement 7 à 18 ans	Mar. 18 h à 20 h Ven. 18 h à 20 h 30 Dim. 9 h à 12 h	**PJA** **PJA** **PJA**	2014-09-05	15 sem.	60 $
NACL3019	01	Intermédiaire 7 à 18 ans	Mar., mer. 18 h à 20 h Ven. 18 h à 20 h 30 Dim. 9 h à 12 h	**PJA** **PJA** **PJA**	2014-09-03	15 sem.	60 $
NACL3018	01	Novice, régional 7 à 18 ans	Mar., ven. 18 h à 20 h	**PJA**	2014-09-05	15 sem.	60 $
NACL3020	01	Novice, provincial 7 à 18 ans	Mar., ven. 18 h à 20 h Sam. 11 h 30 à 14 h (un samedi sur deux)	**PJA**	2014-09-05	15 sem.	60 $
NACL3017	01	Adultes	Jeu. 20 h à 22 h Dim. 16 h 30 à 19 h	PSB **PJA**	2014-09-04	15 sem.	60 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

NAGE SYNCHRONISÉE (Niveau compétitif)

- Frais pour l'entraînement en sus, payables au club de nage synchronisée Aquadanse de Sainte-Foy

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3016	51	Initiation 6 à 18 ans	Mar. 18 h à 19 h Ven. 18 h à 19 h 30	**PJA** **PJA**	2015-01-09	21 sem.	60 $
NACL3015	51	Développement 7 à 18 ans	Mar. 18 h à 20 h Ven. 18 h à 20 h 30 Dim. 9 h à 12 h	**PJA** **PJA** **PJA**	2015-01-06	21 sem.	60 $
NACL3019	51	Intermédiaire 7 à 18 ans	Mar., mer. 18 h à 20 h Ven. 18 h à 20 h 30 Dim. 9 h à 12 h	**PJA** **PJA** **PJA**	2015-01-06	21 sem.	60 $
NACL3018	51	Novice, régional 7 à 18 ans	Mar., ven. 18 h à 20 h	**PJA**	2015-01-09	21 sem.	60 $
NACL3020	51	Novice, provincial 7 à 18 ans	Mar., ven. 18 h à 20 h Sam. 11 h 30 à 14 h (un samedi sur deux)	**PJA**	2015-01-06	21 sem.	60 $
NACL3017	51	Adultes	Jeu. 20 h à 22 h Dim. 16 h 30 à 19 h	PSB **PJA**	2015-01-08	21 sem.	60 $

Natation Sainte-Foy–Haute-Saint-Charles

- Responsable : Nadia Bolduc, 418 658-0874; coach@natation-nsh.com; www.natation-nsh.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de Natation Sainte-Foy–Haute-Saint-Charles ou NSH)
- Rabais de 20 % offert au 2e enfant de la famille
- Frais d'affiliation et coût des assurances payables une fois par an sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	COÛT
NACL3026	01	Récréatif, 4 à 17 ans, et compétitif, 8 ans et moins	Du 1er septembre au 31 août	50 $
NACL3026	02	Compétitif, 9 et 10 ans	Du 1er septembre au 31 août	70 $
NACL3026	03	Compétitif, 11 à 14 ans	Du 1er septembre au 31 août	95 $
NACL3026	04	Compétitif, 15 ans et plus	Du 1er septembre au 31 août	115 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

NATATION RÉCRÉATIVE

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3003	01	4 à 14 ans	Lun. 17 h 30 à 18 h 30	**PJA**	2014-09-15	14 sem.	1 fois sem : 110 $ 2 fois sem : 160 $ 3 fois sem : 190 $
NACL3003	02	4 à 14 ans	Jeu. 17 h 30 à 18 h 30	**PJA**	2014-09-18	14 sem.	Idem
NACL3003	03	4 à 14 ans	Mer. 17 h 15 à 18 h 15	**PJA**	2014-09-17	14 sem.	Idem
NACL3003	04	4 à 14 ans	Sam. 8 h à 9 h ou 9 h à 10 h	**PJA**	2014-09-20	14 sem.	Idem

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3003	51	4 à 14 ans	Lun. 17 h 30 à 18 h 30	**PJA**	2015-01-12	11 sem	1 fois sem : 90 $ 2 fois sem : 130 $ 3 fois sem : 160 $
NACL3003	52	4 à 14 ans	Jeu. 17 h 30 à 18 h 30	**PJA**	2015-01-15	11 sem	Idem
NACL3003	53	4 à 14 ans	Mer. 17 h 15 à 18 h 15	**PJA**	2015-01-14	11 sem	Idem
NACL3003	54	4 à 14 ans	Sam. 8 h à 9 h ou 9 h à 10 h	**PJA**	2015-01-17	11 sem	Idem

NATATION COMPÉTITIVE (Standards provinciaux)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3002	01	Niveau Provincial développement ou groupe d'âge	Lun., jeu. 17 h à 18 h 30 Mer. 17 h à 18 h 15 Sam. 7 h 30 à 9 h	**PJA**	2014-09-15	14 sem.	4 h 30 et - : 220 $
NACL3002	02	Niveau Provincial développement ou groupe d'âge	Lun., jeu. 17 h à 18 h 30 Mer. 17 h à 18 h 15 Sam. 7 h 30 à 9 h	**PJA**	2014-09-15	14 sem.	6 h et - : 250 $
NACL3025	01	Niveau P1 et plus	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB PJA	2014-09-15	14 sem.	8 h et - : 285 $
NACL3025	02	Niveau P1 et plus	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB **PJA**	2014-09-15	14 sem.	10 h et - : 325 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3025	03	Niveau P1 et plus	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB **PJA**	2014-09-15	14 sem.	12 h et - : 360 $
NACL3025	04	Niveau P1 et plus	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB **PJA**	2014-09-15	14 sem.	14 h et - : 390 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3002	51	Niveau Provincial développement ou groupe d'âge	Lun., jeu. 17 h à 18 h 30 Mer. 17 h à 18 h 15 Sam. 7 h 30 à 9 h	**PJA**	2015-01-12	11 sem.	4 h 30 et - : 175 $
NACL3002	52	Niveau Provincial développement ou groupe d'âge	Lun., jeu. 17 h à 18 h 30 Mer. 17 h à 18 h 15 Sam. 7 h 30 à 9 h	**PJA**	2015-01-12	11 sem.	6 h et - : 200 $
NACL3025	51	Niveau P1 et plus	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB **PJA**	2015-01-12	11 sem.	8 h et - : 220 $
NACL3025	52	Niveau P1 et plus	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB **PJA**	2015-01-12	11 sem.	10 h et - : 250 $
NACL3025	53	Niveau P1 et plus	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB **PJA**	2015-01-12	11 sem.	12 h et - : 285 $
NACL3025	54	Niveau P1 et plus	Lun., mer. 16 h 30 à 18 h 30 Mar., jeu. 6 h 30 à 8 h et 16 h 30 à 18 h 30 Sam. 7 h à 9 h	**PJA** PSB **PJA**	2015-01-12	11 sem.	14 h et - : 315 $

NATATION MAÎTRE-NAGEUR

- Responsable : Nadia Bolduc, 418-658-0874, maitres-nageurs@natation-nsh.com; www.mnsf.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)
- Frais d'affiliation et coût des assurances payables une fois par an, sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	COÛT
NACL3026	05	Maître-nageur	Du 1er septembre au 31 août	50 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3001	01	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PSB **PJA** **PJA** PSB PSB	2014-09-02	16 sem.	1 fois sem. : 70 $
NACL3001	02	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PSB **PJA** **PJA** PSB PSB	2014-09-02	16 sem.	2 fois sem. : 105 $
NACL3001	03	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PBS **PJA** **PJA** PSB PSB	2014-09-02	16 sem.	3 fois sem. et + : 130 $

HIVER

CODE ACT.	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3001	51	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PSB **PJA** **PJA** PSB PSB	2015-01-05	12 sem.	1 fois/sem. : 70 $
NACL3001	52	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PSB **PJA** **PJA** PSB PSB	2015-01-05	12 sem.	2 fois/. : 100 $
NACL3001	53	18 ans et +	Lun. 20 h à 21 h 30 Lun., mar., jeu., ven. 6 h à 7 h 30 Mer. 20 h à 21 h 30 Mar. 20 h à 21 h 30 Sam. 6 h 30 à 8 h	PSB **PJA** **PJA** PSB PSB	2015-01-05	12 sem.	3 fois/sem. et + : 125 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

TRIATHLON

- Responsable : Francis Sarassin-Larochelle, 418 932-6745, coach@natation-nsh.com
- Natation, course et spinning ou vélo
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre de NSH)
- Obligation de s'inscrire aux Maîtres-Nageurs et de payer les frais d'adhésion
- Droits d'inscription relatifs à la natation non inclus dans ceux du triathlon
- Vendredi : spécifique au triathlon (Maître-Nageur)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3015	01	18 ans et +	Mar. 20 h (spinning) Sam. 15 h (spinning) Mer. 18 h 15 (course) Sam. 9 h (course)	Cégep de Sainte-Foy **PJA** PSB	2014-09-03	12 sem.	85 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3015	51	18 ans et +	Mar. 20 h (spinning) Sam. 15 h (spinning) Mer. 18 h 15 (course) Sam. 9 h (course)	Cégep de Sainte-Foy **PJA** PSB	2015-01-05	10 sem.	70 $

PLONGEON

CLUB DE PLONGEON ROUGE ET OR DE L'UNIVERSITÉ LAVAL (Activités du)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (chèque libellé à l'ordre du club de plongeon Rouge et Or de l'Université Laval)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PLON3002	01	7 à 9 ans	Dim. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $
PLON3002	02	10 ans et +	Dim. 12 h 30 à 13 h 25	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PLON3002	51	7 à 9 ans	Dim. 11 h 30 à 12 h 25	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $
PLON3002	52	10 ans et +	Dim. 12 h 30 à 13 h 25	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

WATERPOLO

Club de waterpolo Les Hydres de Québec

- Renseignements : 418 641-6301, poste 8703; info@waterpololeshydres.ca
- Inscription sur le site Internet du club (www.waterpololeshydres.ca) ou par chèque libellé à l'ordre du club de waterpolo les Hydres de Québec
- Droits d'inscription couvrent les frais d'entraînement et ceux de l'adhésion à la Fédération de waterpolo du Québec.
- Frais supplémentaires demandés pour participer aux tournois et pour acheter les bonnets de waterpolo

ÉCOLE DE NATATION : *J'ADORE LE WATERPOLO (Jawp)*

- Apprentissage de la nage en jouant avec un ballon dans un couloir
- Maîtrise des principaux styles de nage et de waterpolo et la nage sur place en jouant avec un ballon
- Exigences :
  - Niveau 1 : junior 3 complété ou nager le crawl et le dos crawlé sur 15 m
  - Niveau 2 : niveau 1 ou junior 5 complété ou nager le crawl et le dos crawlé sur 25 m
  - Niveau 3 : niveau 2 ou junior 7 complété ou nager le crawl et le dos crawlé sur 50 m
  - Niveau 4 : niveau 3 ou junior 9 complété ou nager le crawl et le dos crawlé sur 100 m
- Un ballon de waterpolo par participant

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3024	01	5 à 12 ans, niveau 1	Sam. 9 h à 9 h 55	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $
NACL3024	02	5 à 12 ans, niveau 2	Sam. 10 h à 10 h 55	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $
NACL3024	03	5 à 12 ans, niveau 3	Sam. 11 h à 11 h 55	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $
NACL3024	04	5 à 12 ans, niveau 4	Sam. 12 h à 12 h 55	PSB	2014-09-20	10 sem.	60 $
NACL3024	05	5 à 12 ans, niveau 2	Dim. 12 h à 12 h 55	PSB	2014-09-21	10 sem.	60 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3024	51	5 à 12 ans, niveau 1	Sam. 9 h à 9 h 55	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $
NACL3024	52	5 à 12 ans, niveau 2	Sam. 10 h à 10 h 55	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $
NACL3024	53	5 à 12 ans, niveau 3	Sam. 11 h à 11 h 55	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $
NACL3024	54	5 à 12 ans, niveau 4	Sam. 12 h à 12 h 55	PSB	2015-01-10	10 sem.	60 $
NACL3024	55	5 à 12 ans, niveau 2	Dim. 12 h à 12 h 55	PSB	2015-01-11	10 sem.	60 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

SAMEDI AQUATIQUE

- Initiation à la nage synchronisée, à la natation, au plongeon et au waterpolo

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3007	01	Né en 2003 ou après	Sam. 15 h 30 à 17 h 30	PSB	2014-09-20	10 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3007	51	Né en 2003 ou après	Sam. 15 h 30 à 17 h 30	PSB	2015-01-17	10 sem.	120 $

S'ENTRAÎNER ET JOUER AU WATERPOLO

- Entraînements partagés entre les matchs internes et l'enseignement des techniques : natation, maniement du ballon, nage sur place, jeu d'équipe et règlements
- Matchs contre d'autres équipes en dehors des horaires d'entraînement

MINI-POLO MIXTE (Sans contact)

- Apprentissage de la nage en jouant au ballon
- Aucun contact entre les joueurs
- Application simplifiée des règlements

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3013	01	9 à 12 ans	Dim. 16 h à 17 h 30	PSB	2014-09-21 2015-01-18	30 sem. 18 sem.	250 $ 175 $

WATERPOLO (Mixte, compétitif)

- Préparation aux compétitions
- Développement de son plein potentiel

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3004	01	12 à 17 ans	Mar. 18 h 30 à 20 h Jeu. 18 h 30 à 20 h Dim. 16 h à 17 h 30	PSB PSB PSB	2014-09-21 2015-01-18	30 sem. 18 sem.	460 $ 330 $

WATERPOLO UNIVERSITAIRE

- Entraînement préparatoire à l'adhésion à la ligue universitaire du Québec
- Exigence : être inscrit au cégep ou à l'université

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3005	01	Né en 1996 ou avant	Sam. 13 h 30 à 15 h 30	PEPS	2014-09-20 2015-01-21	30 sem. 18 sem.	295 $ 190 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

WATERPOLO POUR ADULTES

- Découverte du waterpolo
- Développement de ses habiletés
- Amélioration de sa condition physique

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3009	01	Né en 1996 ou avant	Jeu. 18 h 30 à 20 h	PSB	2014-09-18 2015-01-15	30 sem. 18 sem.	295 $ 190 $

WATERPOLO MAÎTRE COMPÉTITIF

- Niveau supérieur à celui du waterpolo pour adultes (Découverte)

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3014	01	Né en 1996 ou avant	Mer. 20 h à 22 h	PSB	2014-09-17 2015-01-14	30 sem. 18 sem.	295 $ 190 $

WATERPOLO FÉMININ COMPÉTITIF

- Entraînement préparatoire au cours du plus haut niveau de waterpolo au Canada

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3008	01	Née en 1996 ou avant	Lun. 20 h à 22 h	PEPS	2014-09-15	30 sem.	495 $
			Mar. 18 h à 20 h	PEPS	2015-01-14	18 sem.	330 $
			Mer. 20 h à 22 h	PEPS			
			Sam. 15 h 30 à 17 h 30	PEPS			

WATERPOLO MASCULIN COMPÉTITIF

- Entraînement préparatoire au cours du plus haut niveau de waterpolo au Canada

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NACL3012	01	Né en 1996 ou avant	Lun. 18 h à 20 h	PEPS	2014-09-16	30 sem.	495 $
			Mer. 18 h à 20 h	PEPS	2015-01-15	18 sem.	330 $
			Jeu. 20 h à 22 h	PEPS			
			Dim. 17 h 30 à 19 h 30	PSB			

CAMPUS NOTRE-DAME-DE-FOY (Activités du)

- Renseignements : 418 872-8242, poste 2
- Adresse : 5000, rue Clément-Lockquell, Saint-Augustin-de-Desmaures
- Inscription : sur le site Internet du Campus (www.cndf.qc.ca/centresportif)

AUTOMNE : du 8 septembre au 14 décembre

HIVER : du 9 janvier au 2 avril

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Anciens clients

Puisque vous ou un membre de votre famille avez été inscrit à une activité, votre dossier existe toujours. Vous n'avez donc pas à le créer sur Internet. Rendez-vous sur le site Internet du Campus (www.cndf.qc.ca), cliquez sur l'onglet *Sport.NET* et suivez les instructions. Si vous avez oublié votre code d'usager ou votre mot de passe, appelez au 418 872-8242, poste 1119.

Nouveaux clients

Rendez-vous sur le site Internet du Campus (www.cndf.qc.ca), cliquez sur *Sport.NET* et connectez-vous en tant que nouveau client.

Non concordance entre la programmation papier et celle présentée sur le portail

Au cas où les renseignements inscrits sur les versions papier et électronique (portail/Sport.NET) différeraient, veuillez considérer cette dernière comme la version exacte.

AUTOMNE

- Préinscription
  - Du 16 juin à 18 h au 25 août à 12 h
  - La préinscription ne concerne que les personnes inscrites à la session précédente ainsi que leur famille immédiate.
- Inscription
  - Activités offertes aux adultes : du 25 août à 18 h au 8 septembre à 9 h
  - Activités offertes aux enfants : du 25 août à 18 h au 12 septembre à 12 h
- Session intensive : jusqu'au 19 novembre à 12 h
- Début des cours : 8 septembre

HIVER

- Préinscription
  - Du 24 novembre à 18 h au 1er décembre à 12 h
- Inscription
  - Activités offertes aux adultes : du 1er décembre à 18 h au 12 janvier à 9 h
  - Activités offertes aux enfants : du 1er décembre à 18 h au 8 janvier à 12 h
- Début des cours : 9 janvier

Nos bureaux seront fermés du 19 décembre au 2 janvier. Il vous sera quand même possible de vous inscrire durant cette période.

Politique sur les activités aquatiques

Des frais supplémentaires seront demandés aux personnes résidant à l'extérieur de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette (la majoration est de 10 $ par enfant et de 15 $ par adulte).

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Rabais familial

Lorsque trois membres de la famille s'inscrivent à une activité, ils bénéficient d'un rabais de 5 $ chacun. Pour y avoir droit, ils doivent faire une demande de remboursement une fois la totalité des coûts payés. Ce rabais ne s'applique pas aux activités faisant déjà l'objet d'une promotion.

Demande de remboursement : support.collectivite@cndf.qc.ca

Modalités de paiement

Par l'Internet : Visa ou Mastercard au moment de l'inscription

Remboursement

Aucun remboursement n'est accordé sauf si une activité ne peut s'offrir faute d'inscriptions suffisantes ou encore s'il survient un problème majeur, blessure ou maladie, par exemple. La demande devra être faite par écrit et appuyée d'un certificat médical (par courriel, numériser le certificat médical).

Reçus d'impôts

Vous imprimez les reçus se rapportant au crédit d'impôt accordé dans le cadre des activités relatives à la condition physique des enfants ainsi que les autres reçus à partir de votre dossier qui se trouve sur le portail *Sport.Net.*

Reprise de cours

Il n'y a aucune reprise de cours en cas d'absence.

Cours annulés ou jumelés

Le Campus se réserve le droit d'annuler un cours ou de le jumeler à un autre, et ce, jusqu'à la date finale des inscriptions si le nombre de participants s'avérait insuffisant.

Annulation des activités

Si le Campus doit annuler ses activités pour une raison majeure (incendie, accident, tempête, cause fortuite, etc.), elles ne seront pas reprises.

Volumes et ballons dorsaux

Vous pouvez vous procurer les volumes et les ballons dorsaux dont vous avez besoin auprès du surveillant du Centre sportif. Les coûts peuvent changer sans préavis.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ACTIVITÉS POUR LES ENFANTS

CROIX-ROUGE NATATION PRÉSCOLAIRE (5 ANS ET -)

Pour être inscrit dans le niveau…,	**mon enfant…**
Étoile de mer (avec un parent)	a de 6 à 12 mois – Ballon
Canard (avec un parent)	a de 12 à 24 mois – Ballon
Tortue de mer (avec un parent)	a de 24 à 36 mois – Ballon
Loutre de mer (avec un parent)	a 3 ans et plus – Ballon
Salamandre (avec un parent)	nage sur le ventre avec un ballon, sans l'aide du parent, en se propulsant avec les bras étirés et les jambes droites. Il nage sur le dos avec l'aide du parent. Il est à l'aise avec de l'eau sur le visage.
Poisson-lune (sans parent)	nage sur le ventre sans ballon ni ballon dégonflé (endurance de 2 à 3 m seul). Il nage sur le dos sans ballon en étant à l'aise, avec un peu d'aide, et a les jambes droites. Il met sa tête dans l'eau.
Crocodile (sans parent)	glisse sur le ventre et bat des jambes la tête dans l'eau et les jambes droites. Il glisse sur le dos, les bras le long du corps, en position horizontale et bat des jambes. (On vise l'autonomie complète de l'enfant.)
Baleine (sans parent)	nage le crawl en respirant sur le côté (endurance 10 m).

CROIX-ROUGE NATATION JUNIOR (6 ANS ET +)

Pour être inscrit dans le niveau…,	**mon enfant…**
Junior 1	a au moins 6 ans
Junior 2	nage sur le ventre la tête dans l'eau en position horizontale. Il glisse sur le dos (5 m sans arrêt).
Junior 3	nage le crawl en respirant sur le côté et glisse sur le dos (10 m sans arrêt).
Junior 4	nage le crawl en respirant sur le côté et glisse sur le dos (15 m sans arrêt).
Junior 5	nage le crawl, glisse sur le dos et roule des épaules (25 m sans arrêt).
Junior 6	nage le crawl, le dos crawlé et bat des jambes au dos élémentaire (50 m sans arrêt).
Junior 7	nage le crawl, le dos crawlé et le dos élémentaire (75 m sans arrêt).
Junior 8	nage le crawl, le dos crawlé et le dos élémentaire et il bat des jambes à la brasse (150 m sans arrêt).
Junior 9	nage le crawl, le dos crawlé, le dos élémentaire et la brasse (300 m sans arrêt).
Junior 10	nage le crawl, le dos crawlé, le dos élémentaire et la brasse (400 m sans arrêt).

COURS PRÉSCOLAIRE (5 ANS ET -)

- Classement en fonction de l'âge de l'enfant et de ses habiletés
- Exigence : présence d'un parent dans les cours allant de l'Étoile de mer à Salamandre inclusivement
- Matériel nécessaire : ballon dorsal dans les cours des cinq premiers niveaux (en vente au Centre sportif)
- Coûts : 68 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 79 $, autres

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE : du 12 septembre au 16 novembre (séances de 45 min, 10 sem.)

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE
Étoile de mer	EM – 61	Sam. 16 h 10
	EM – 71	Dim. 8 h 15
	EM – 72	Dim. 10 h 45
	EM – 73	Dim. 16 h 00
Étoile de mer et Canard	EM-CA – 51	Ven. 15 h 15
	EM-CA – 61	Sam. 8 h 30
	EM-CA – 62	Sam. 15 h 20
	EM-CA – 71	Dim. 8 h 15
Canard	CA – 61	Sam. 16 h 10
	CA – 71	Dim. 8 h 15
	CA – 72	Dim. 9 h 55
Canard et Tortue de mer	CA-TO – 61	Sam. 12 h 50
	CA-TO – 71	Dim. 16 h 00
Tortue de mer	TO – 51	Ven. 15 h 15
	TO – 61	Sam. 8 h 30
	TO – 72	Dim. 9 h 05
	TO – 73	Dim. 9 h 55
	TO – 74	Dim. 10 h 45
Tortue de mer et Loutre de mer	TO-LM – 71	Dim. 8 h 15
Loutre de mer	LM – 61	Sam. 8 h 30
	LM – 62	Sam. 12 h 50
	LM – 63	Sam. 15 h 20
	LM – 71	Dim. 11 h 35
	LM – 72	Dim. 12 h 25
	LM – 73	Dim. 15 h 10
Loutre de mer et Salamandre	LM-SA – 51	Ven. 15 h 15
	LM-SA – 72	Dim. 9 h 55
Salamandre	SA – 61	Sam. 8 h 30
	SA – 71	Dim. 9 h 05
	SA – 72	Dim. 9 h 55
	SA – 73	Dim. 10 h 45
	SA – 74	Dim. 11 h 35
	SA – 75	Dim. 15 h 10
Poisson-lune	PL – 51	Ven. 15 h 15
	PL – 62	Sam. 15 h 20
	PL – 71	Dim. 8 h 15
	PL – 72	Dim. 10 h 45
	PL – 73	Dim. 11 h 35
	PL – 74	Dim. 12 h 25
	PL – 75	Dim. 15 h 10
Crocodile	CRO – 61	Sam. 11 h 50
	CRO – 63	Sam. 13 h 40
	CRO – 64	Sam. 14 h 30
	CRO – 71	Dim. 9 h 05
	CRO – 72	Dim. 9 h 55
	CRO – 73	Dim. 11 h 35
	CRO – 74	Dim. 12 h 25
	CRO – 75	Dim. 15 h 10
	CRO – 76	Dim. 16 h 00
Baleine	BA – 61	Sam. 13 h 40
	BA – 71	Dim. 11 h 35

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE : du 22 novembre au 14 décembre (2 cours de 45 min/sem., 4 sem., session intensive)

- Coûts : 56 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 66 $, autres

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE
Étoile de mer et Canard	EM-CA – 85	Sam. 11 h et dim. 9 h
Canard-Tortue	CA-TO-85	Sam. 11 h 50 et dim. 9 h 50
Tortue et Loutre de mer	TO-LM – 85	Sam. 11 h et dim. 9 h
Salamandre	SA – 85	Sam. 11 h 50 et dim. 9 h 50
Poisson-Lune	PL-85	Sam. 11 h et dim. 9 h
Crocodile et Baleine	CRO – 85	Sam. 11 h 50 et dim. 9 h 50

HIVER : du 9 janvier au 8 mars (séances de 50 min, 9 sem.)

- Coûts : 68 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 79 $, autres

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE
Étoile de mer	EM – 72 EM – 73	Dim. 9 h 10 Dim. 11 h 00
Étoile de mer et Canard	EM-CA – 51 EM-CA – 71	Ven. 15 h 15 Dim. 8 h 15
Canard	CA – 61 CA – 72 CA – 73 CA – 74	Sam. 11 h 15 Dim. 9 h 10 Dim. 10 h 05 Dim. 11 h 00
Canard et Tortue de mer	CA-TO – 61	Sam. 8 h 30
Tortue de mer	TO – 61 TO – 71 TO – 72 TO – 73 TO – 74 TO – 75	Sam. 11 h 15 Dim. 8 h 15 Dim. 9 h 10 Dim. 10 h 05 Dim. 11 h 00 Dim. 15 h 10
Tortue et Loutre de mer	TO-LM – 51	Ven. 15 h 15
Loutre de mer	LM – 61 LM – 71 LM – 72 LM – 73	Sam. 8 h 30 Dim. 8 h 15 Dim. 11 h 55 Dim. 15 h 10
Salamandre	SA – 61 SA – 71 SA – 72 SA – 73	Sam. 11 h 15 Dim. 9 h 10 Dim. 10 h 05 Dim. 15 h 10
Loutre de mer et Salamandre	LM-SA – 61	Sam. 11 h 15
Salamandre et Poisson-lune	SA-PL – 51	Sam. 8 h 30
Poisson-lune	PL – 71 PL – 72 PL – 73	Dim. 8 h 15 Dim. 11 h 00 Dim. 11 h 55

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE
Crocodile	CRO – 71	Dim. 10 h 05
	CRO – 72	Dim. 11 h 55
	CRO – 73	Dim. 15 h 10
	CRO – 74	Dim. 15 h 10
Baleine	BA – 71	Dim. 11 h 55
	BA – 72	Dim. 11 h 55

JUNIOR (6 ANS ET +)

AUTOMNE : du 12 septembre au 16 novembre (séances de 45 min, 10 sem.)

- Coûts : 68 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 79 $, autres

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE
Junior 1	J1 – 61	Sam. 13 h 40
	J1 – 62	Sam. 14 h 30
	J1 – 71	Dim. 12 h 25
Junior 1 et 2	J1-2 – 51	Ven. 16 h 05
	J1-2 – 61	Sam. 10 h 10
	J1-2 – 62	Sam. 15 h 20
Junior 2	J2 – 51	Ven. 18 h 30
	J2 – 61	Sam. 11 h 00
	J2 – 62	Sam. 11 h 50
	J2 – 71	Dim. 16 h 50
Junior 2 et 3	J2-3 – 51	Ven. 16 h 05
	J2-3 – 52	Ven. 18 h 30
	J2-3 – 53	Ven. 19 h 20
	J2-3 – 61	Sam. 9 h 20
	J2-3 – 62	Sam. 10 h 10
	J2-3 – 63	Sam. 11 h 00
	J2-3 – 64	Sam. 11 h 50
	J2-3 – 65	Sam. 14 h 30
	J2-3 – 71	Dim. 16 h 50
	J2-3 – 72	Dim. 17 h 40
Junior 3	J3 – 51	Ven. 18 h 30
	J3 – 62	Sam. 9 h 20
	J3 – 63 (profond)	Sam. 11 h 00
	J3 – 64 (profond)	Sam. 11 h 50
	J3 – 71	Dim. 16 h 50
Junior 4	J4 – 51	Ven. 16 h 05
	J4 – 52	Ven. 18 h 30
	J4 – 53	Ven. 18 h 30
	J4 – 54	Ven. 19 h 20
	J4 – 61	Sam. 8 h 30
	J4 – 62	Sam. 9 h 20
	J4 – 63 (profond)	Sam. 9 h 20
	J4 – 64	Sam. 10 h 10
	J4 – 65	Sam. 11 h 00
	J4 – 71	Dim. 17 h 40

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE
Junior 4 et 5	J4-5 – 61	Sam. 12 h 50
	J4-5 – 62	Sam. 13 h 40
	J4-5 – 63	Sam. 14 h 30
	J4-5 – 71	Dim. 9 h 55
	J4-5 – 72	Dim. 10 h 45
	J4-5 – 73	Dim. 11 h 35
	J4-5 – 74	Dim. 12 h 25
	J4-5 – 75	Dim. 15 h 10
	J4-5 – 76	Dim. 16 h 00
Junior 5	J5 – 51	Ven. 16 h 05
	J5 – 52	Ven. 18 h 30
	J5 – 53	Ven. 19 h 20
	J5 – 61	Sam. 9 h 20
	J5 – 62	Sam. 10 h 10
	J5 – 63	Sam. 11 h 00
	J5 – 64	Sam. 11 h 50
	J5 – 71	Dim. 16 h 50
	J5 – 72	Dim. 17 h 40
Junior 6	J6 – 51	Ven. 18 h 30
	J6 – 52	Ven. 19 h 20
	J6 – 61	Sam. 10 h 10
	J6 – 62	Sam. 11 h 50
	J6 – 71	Dim. 18 h 30
Junior 6 et 7	J6-7 – 61	Sam. 8 h 30
	J6-7 – 62	Sam. 12 h 50
	J6-7 – 71	Dim. 17 h 40
Junior 7	J7 – 51	Ven. 19 h 20
	J7 – 52	Ven. 19 h 20
	J7 – 61	Sam. 11 h 00
	J7 – 71	Dim. 18 h 30
Junior 7 et 8	J7-8 – 51	Ven. 20 h 10
	J7-8 – 61	Sam. 9 h 20
	J7-8 – 71	Dim. 16 h 50
Junior 8	J8 – 61	Sam. 10 h 10
	J8 – 62	Sam. 11 h 50
	J8 – 71	Dim. 17 h 40
	J8 – 72	Dim. 18 h 30
Junior 9 et 10	J9-10 – 51	Ven. 20 h 10
	J9-10 – 61	Sam. 9 h 20
	J9-10 – 71	Dim. 18 h 30
Junior 10	J10 – 61	Sam. 10 h 10
	J10 – 62	Sam. 11 h 00

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE : du 21 novembre au 13 décembre (2 cours de 55 min, 4 sem., session intensive)

- Coûts : 68 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 79 $, autres

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE
Junior 2 et 3	J2-3 – 85	Ven. 18 h 30 et Sam. 8 h 45
Junior 4 et 5	J4-5 – 85	Ven. 18 h 30 et Sam. 8 h 45
Junior 5 et 6	J5-6 – 85	Ven. 18 h 30 et Sam. 8 h 45
Junior 7	J7 – 85	Ven. 19 h 30 et Sam. 9 h 45
Junior 8	J8 – 85	Ven. 19 h 30 et Sam. 9 h 45
Junior 9 et 10	J9-10 – 85	Ven. 19 h 30 et Sam. 9 h 45

HIVER : du 9 janvier au 8 mars (9 cours de 50 min)

- Coûts : 68 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 79 $, autres

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE
Junior 1 et 2	J1-2 – 61 J1-2 – 62 J1-2 – 63	Sam. 8 h 30 Sam. 9 h 25 Sam. 11 h 15
Junior 2	J2 – 51	Ven. 18 h 30
Junior 2 et 3	J2-3 – 51 J2-3 – 71	Ven. 16 h 10 Dim. 16 h 05
Junior 3	J3 – 51 J3 – 52 J3 – 53 J3 – 61 J3 – 62 J3 – 63	Ven. 18 h 30 Ven. 18 h 30 Ven. 19 h 25 Sam. 8 h 30 Sam. 9 h 25 Sam. 10 h 20
Junior 4	J4 – 51 J4 – 52 J4 – 53 J4 – 61 (profond) J4 – 62 J4 – 63	Ven. 18 h 30 Ven. 18 h 30 Ven. 19 h 25 Sam. 8 h 30 Sam. 9 h 25 Sam. 10 h 20
Junior 4 et 5	J4-5 – 51 J4-5 – 61 J4-5 – 71 J4-5 – 72 J4-5 – 73 J4-5 – 74	Ven. 16 h 00 Sam. 11 h 15 Dim. 10 h 05 Dim. 11 h 00 Dim. 15 h 10 Dim. 16 h 05
Junior 5	J5 – 51 J5 – 52 J5 – 61 J5 – 62	Ven. 18 h 30 Ven. 19 h 25 Sam. 9 h 25 Sam. 10 h 20
Junior 6	J6 – 51 J6 – 52 J6 – 61 J6 – 71	Ven. 18 h 30 Ven. 19 h 25 Sam. 10 h 20 Dim. 16 h 05
Junior 6 et 7	J6-7 – 61	Sam. 9 h 25

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE
Junior 7	J7 – 51	Ven. 19 h 25
Junior 7 et 8	J7-8 – 71	Dim. 16 h 05
Junior 8	J8 – 51	Ven. 19 h 25
Junior 8 et 9	J8-9 – 61	Sam. 10 h 20
Junior 9	J9 – 51	Ven. 20 h 20
Junior 9 et 10	J9-10 – 61 J9-10 – 71	Sam. 10 h 20 Dim. 16 h 05
Junior 10	J10 – 51 J10 – 61	Ven. 20 h 20 Sam. 9 h 25

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

- Entraînement dirigé et perfectionnement des styles
- Défis physiques liés au sauvetage aquatique
- Coûts : 79 $, 1 fois/sem., 94 $, 2 fois/sem., résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 88 $, 1 fois/sem., 104 $, 2 fois/sem., autres

AUTOMNE : du 11 septembre au 14 novembre (10 cours de 55 min)

ACTIVITÉ	CLIENTÈLE	HORAIRE
CPA11-13-41	de 11 à 13 ans	Jeu. 19 h 20 à 20 h 15
CPA14-16-41	de 14 à 16 ans	Jeu. 19 h 20 à 20 h 15
CPA11-15-51	de 11 à 15 ans	Ven. 20 h 10 à 21 h 05

HIVER : du vendredi 9 janvier au jeudi 19 mars (10 cours de 55 min)

ACTIVITÉ	CLIENTÈLE	HORAIRE
CPA11-13-41	de 11 à 13 ans	Jeu. 19 h 20 à 20 h 15
CPA14-16-41	de 14 à 16 ans	Jeu. 19 h 20 à 20 h 15
CPA11-15-51	de 11 à 15 ans	Ven. 20 h 20 à 21 h 15

ÉTOILE DE BRONZE

- Cours d'initiation au sauvetage
- Exigences : être âgé de 11 à 13 ans et avoir complété le Junior 10 (recommandé)
- Coûts : 79 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 88 $, autres

AUTOMNE : du 12 septembre au 14 novembre (10 cours de 60 min)

CODE	HORAIRE
ETOILE-BR-51	Ven. 20 h 10 à 21 h 10

HIVER : du 9 janvier au 13 mars (10 cours de 60 min)

CODE	HORAIRE
ETOILE-BR-51	Ven. 20 h 15 à 21 h 15

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

MÉDAILLE DE BRONZE

- Exigences : être âgé de 13 ans au plus tard au dernier cours ou détenir le brevet Étoile de bronze et maîtriser les habiletés du Junior 10
- Matériel nécessaire : *Manuel canadien de sauvetage*, 46,50 $ (obligatoire); *Manuel canadien de premiers soins*, 17 $ (recommandé); masque de poche, 25 $ (obligatoire)
- Coûts : 123 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 133 $, autres
- Examen : 25 octobre, heure à déterminer

AUTOMNE : du 13 septembre au 18 octobre (6 sem.)

CODE	HORAIRE	ENDROIT
MED-BR-61	Sam. 14 h 45 à 17 h 30 Sam. 17 h 30 à 19 h 30	local 116 (théorie) piscine

HIVER : du 10 janvier au 28 février (8 sem.)

Examen : 7 mars, heure à déterminer

CODE	HORAIRE	ENDROIT
MED-BR-61	Sam. 16 h à 17 h 30 Sam. 17 h 30 à 19 h 30	local 116 (théorie) piscine

CROIX DE BRONZE

- Exigence : avoir obtenu la Médaille de bronze
- Matériel nécessaire : *Manuel canadien de sauvetage*, 46,50 $ (obligatoire); *Manuel canadien de premiers soins*, 17 $ (recommandé); masque de poche, 25 $ (obligatoire)
- Coûts : 110 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 120 $, autres

AUTOMNE : du 1er novembre au 29 novembre (5 sem.)

- Examen : fin de semaine du 5 décembre (jour et heure à déterminer)
- Coût de l'examen inclus dans les coûts indiqués

CODE	HORAIRE
CROIX-BR-61	Sam. 13 h 30 à 19 h 30

HIVER : du 17 janvier au 21 février (6 sem.)

- Examen : fin de semaine du 27 février (jour et heure à déterminer)

CODE	HORAIRE
CROIX-BR-61	Sam. 14 h 30 à 19 h 30

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ASSISTANT MONITEUR EN SÉCURITÉ AQUATIQUE

- Exigences : être âgé de 15 ans au plus tard au dernier cours, détenir la Croix de bronze et avoir réussi le test de qualification. Huit heures de stage
- Durée : 9 sem.
- Matériel nécessaire : *Guide de l'assistant moniteur en sécurité aquatique*; *Tableau des styles de nage* (obligatoire, 65 $)
- Coûts : 187 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 197 $, autres

AUTOMNE

CODE	HORAIRE	ENDROIT
AMSA-71	Dim. 17 h 15 à 20 h 45 Du 14 septembre au 9 novembre	local 117 (théorie)

HIVER

CODE	HORAIRE	ENDROIT
AMSA-71	Dim. 15 h 30 à 19 h Du 18 janvier au 15 mars	local 117 (théorie)

SAUVETEUR NATIONAL (Option piscine)

- Exigences : être âgé de 16 ans au plus tard au dernier cours et avoir ses brevets Croix de bronze et Premiers soins général à jour
- Matériel nécessaire : *Alerte*, 46,50 $ (obligatoire); *Manuel canadien de premiers soins*, 17 $ (recommandé); masque de poche, 25 $ (obligatoire)
- Coûts : 198 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 208 $, autres

AUTOMNE : du 14 septembre au 16 novembre (10 sem.)

- Examen : 23 novembre (heure à déterminer)
- Coût de l'examen inclus dans les prix indiqués

CODE	HORAIRE
SAUVETEUR-71	Dim. 17 h à 19 h 15, théorie 19 h 15 à 21 h 15, piscine

HIVER : du 18 janvier au 22 mars (10 sem.)

- Examen : fin de semaine du 27 mars (heure à déterminer)
- Coût de l'examen inclus dans les prix indiqués

CODE	HORAIRE
SAUVETEUR-71	Dim. 14 h 45 à 17 h, théorie 17 h à 19 h, piscine

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

MONITEUR EN SÉCURITÉ AQUATIQUE

- Exigences : être âgé de 15 ans au plus tard au dernier cours et détenir le brevet d'Assistant moniteur en sécurité aquatique. Douze heures de stage
- Matériel obligatoire : *Guide du moniteur en sécurité aquatique*, 65 $
- Coûts : 188 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 198 $, autres

AUTOMNE : du 22 novembre au 7 décembre (3 sem.)

CODE	HORAIRE
MSA-61	Sam. 15 h à 19 h 30 Dim. 16 h à 20 h

ACTIVITÉS POUR LES ADULTES

AUTOMNE : du 8 septembre au 12 décembre (14 cours de 55 min)

Coûts

RÉSIDANT DE	1 FOIS SEM.	2 FOIS SEM.	3 FOIS SEM.
Saint-Augustin-de-Desmaures, Québec et L'Ancienne-Lorette	111 $	165 $	210 $
Autres endroits	126 $	180 $	225 $

HIVER : du 9 janvier au 2 avril (12 cours de 55 min)

Coûts

RÉSIDANT DE	1 FOIS SEM.	2 FOIS SEM.	3 FOIS SEM.
Saint-Augustin-de-Desmaures, Québec et L'Ancienne-Lorette	97 $	143 $	182 $
Autres endroits	112 $	158 $	197 $

NATATION

CODE	NIVEAU	HORAIRE
NAT-ADU1-41	Natation 1	Jeu. 19 h 20 à 20 h 15
NAT-ADU2-41	Natation 2	Jeu. 19 h 20 à 20 h 15
NAT-ADU3-41	Natation 3	Jeu. 19 h 20 à 20 h 15

AQUAPOUSSETTE POUR MAMAN ET BÉBÉ

- Initiation à l'eau pour le bébé et mise en forme pour la maman
- Poussette aquatique fournie par le Centre sportif
- Poussette obligatoire pour transporter le bébé autour de la piscine et dans le stationnement

AUTOMNE : du 9 septembre au 11 décembre (14 cours de 55 min)

HIVER : du 13 janvier au 26 mars (12 cours de 55 min)

CODE	HORAIRE
POUS-21	Mar. 11 h 10 à 12 h 05
POUS-41	Jeu. 10 h 10 à 11 h 05

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

COURS PRÉNATAUX AQUATIQUES

- Cours visant l'amélioration et le maintien de la condition physique au moyen d'exercices musculaires et organiques ainsi que de routines
- Exigence : présenter un certificat médical dès le premier cours attestant du bon déroulement de sa grossesse

AUTOMNE : du 9 septembre au 9 décembre (14 cours de 55 min)

HIVER : du 13 janvier au 31 mars (12 cours de 55 min)

CODE	HORAIRE
PRENATAL-21	Mar. 19 h 20 à 20 h 15

AQUAFORME

- Cours visant l'amélioration ou le maintien de la condition physique au moyen d'exercices musculaires et organiques ainsi que de routines
- Séances : majoritairement en eau peu profonde (il est préférable d'être à l'aise dans l'eau)

AUTOMNE : du 8 septembre au 12 décembre (14 cours de 55 min)

HIVER : du 9 janvier au 1er avril (12 cours de 55 min)

CODE	HORAIRE
AQUAFORME – 11	Lun. 10 h 10 à 11 h 05
AQUAFORME – 12 (65 ans et +)	Lun. 14 h 10 à 15 h 05
AQUAFORME – 21	Mar. 20 h 20 à 21 h 15
AQUAFORME – 31	Mer. 11 h 10 à 12 h 05
AQUAFORME – 32	Mer. 19 h 20 à 20 h 15
AQUAFORME – 51	Ven. 10 h 10 à 11 h 05
AQUAFORME – 52 (65 ans et +)	Ven. 13 h 10 à 14 h 05

AQUAJOGGING (Aquaforme en eau profonde)

- Exercices n'ayant aucun effet négatif sur le dos ni sur les articulations
- Ceinture d'*aquajogger* (fournie par le Campus) pour se maintenir à la surface de l'eau

AUTOMNE : du 9 septembre au 12 décembre (14 cours de 55 min)

HIVER : du 9 janvier au 2 avril (12 cours de 55 min)

CODE	HORAIRE
AJG – 11	Lun. 13 h 10 à 14 h 05
AJG – 21	Mar. 10 h 10 à 11 h 05
AJG – 41	Jeu. 9 h 10 à 10 h 05
AJG – 42	Jeu. 20 h 20 à 21 h 15
AJG - 51	Ven. 11 h 10 à 12 h 05
AJG - 52	Ven. 13 h 10 à 14 h 05

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

- Cours visant l'acquisition et le maintien d'une bonne condition physique
- Entraînement dirigé adapté au rythme de chacun
- Exigences : pouvoir nager au moins 4 longueurs (100 m), savoir nager le crawl, la brasse et le dos crawlé (temps d'arrêt permis entre les styles)

AUTOMNE : du 8 septembre au 12 décembre (14 cours de 55 min)

HIVER : du 9 janvier au 1er avril (12 cours de 55 min)

CODE	HORAIRE
CPA-11	Lun. 9 h 10 à 10 h 05
CPA-12	Lun. 20 h 20 à 21 h 15
CPA-31	Mer. 9 h 10 à 10 h 05
CPA-32	Mer. 20 h 20 à 21 h 15
CPA-51	Ven. 9 h 10 à 10 h 05

ENTRAÎNEMENT EN PARCOURS (*Crossfit* aquatique)

- Technique de conditionnement physique intense visant l'amélioration de sa condition physique
- Fonctionnement axé sur dix compétences athlétiques : endurance cardiovasculaire et respiratoire, endurance musculaire, force, souplesse, puissance, vitesse, agilité, psychomotricité, équilibre et précision
- Complément idéal au CPA
- Préalables
  - Être à l'aise avec le crawl, la brasse et le dos crawlé
  - Avoir une bonne condition physique
  - Nager le crawl en continu sur 200 m
  - Aimer les défis

AUTOMNE : du 8 septembre au 8 décembre

HIVER : du 12 janvier au 30 mars

CODE	HORAIRE
CROSSF-31	Lun. 21 h 20 à 22 h 15

BAINS ANIMÉS POUR LES RETRAITÉS

- Moniteur à la disposition des personnes désireuses d'apprendre à nager
- Deux couloirs réservés aux nageurs
- Préalable : aucun

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE : du 10 septembre au 10 décembre (14 cours de 55 min)

- Coûts
  - 1 fois sem. : 92 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 107 $, autres
  - 2 fois sem. : 144 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 159 $, autres

HIVER : du 14 janvier au 1er avril (12 cours de 55 min)

- Coûts
  - 1 fois sem. : 79 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 94 $, autres
  - 2 fois sem. : 123 $, résidants de Saint-Augustin-de-Desmaures, de Québec et de L'Ancienne-Lorette; 138 $, autres

CODE	HORAIRE
BAIN-ANIMÉ-31	Mer. 10 h 10 à 11 h 05

BAINS LIBRES

AUTOMNE : du 18 août au 14 décembre inclusivement

- Piscine fermée du 15 décembre au 4 janvier inclusivement

HIVER : du 5 janvier au 20 mars

- Justificatif de domicile (*preuve de résidence*) nécessaire
- Séances annulées les 21 et 22 mars

HORAIRE			
Lun.	12 h 10 à 13 h		
Mar.	12 h 10 à 13 h	16 h 45 à 17 h 40	21 h 20 à 22 h 20
Mer.	12 h 10 à 13 h		
Jeu.	12 h 10 à 13 h	16 h 45 à 17 h 40	21 h 20 à 22 h 20
Ven.	12 h 10 à 13 h		21 h 20 à 22 h 20
Sam.	14 h 30 à 16 h[1]		19 h 30 à 21 h
Dim.	13 h 30 à 15 h[2]		

[1]Hiver seulement

[2]Pour les familles; aucun corridor réservé aux nageurs

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Coûts

CLIENTÈLE	RÉSIDANTS DE SAINT-AUGUSTIN-DE-DESMAURES, QUÉBEC ET L'ANCIENNE-LORETTE	AUTRES
Enfants de 3 ans et -	gratuit	gratuit
Enfants de 4 ans et +	gratuit	2 $
Étudiants	gratuit	2 $
Adultes	gratuit	3 $
60 ans et +	gratuit	2 $

- Renseignements : 418 872-8242
- Renseignements supplémentaires sur le spinning, le tour du monde de Karibou, l'évaluation de la condition physique, les entraînements privés et les salles de conditionnement physique : site Internet du Campus (www.cndf.qc.ca)
- Couloirs à la disposition des nageurs désireux d'exécuter des longueurs, sauf le dimanche
- Possibilité de libérer un ou deux couloirs à l'intention des enfants pendant les congés scolaires

CLUB DE NATATION CSQ (CAP-ROUGE–SAINT-AUGUSTIN–QUÉBEC) (Activités du)

ÉCOLE DE NATATION : Programme national *Sears Je nage*

- Renseignements : www.natation-csq.com
- Cours visant la maîtrise des quatre styles de nage
- Inscription : 418 641-6201, poste 4999; jenagecsq@hotmail.com

Inscription

SESSION	DATE
Automne (du 22 septembre au 12 décembre)	Du 8 août au 19 septembre
Hiver (du 5 janvier au 27 mars)	Du 1er décembre au 2 janvier
Printemps (du 30 mars au 19 juin)	Du 2 mars au 27 mars

Coût et horaire

CLIENTÈLE	NIVEAU	HORAIRE	COÛT
4 à 6 ans	1 : Je nage (45 min) Familiarisation avec l'eau et apprentissage du mouvement dans l'eau*	Mar., jeu. 17 h 45 à 18 h 30 ou mar., jeu. 18 h 30 à 19 h 15 Ven. 17 h 45 à 18 h 30	95 $
7 à 8 ans	2 : Je nage une fois semaine (60 min) Apprentissage des techniques de base	Mar., jeu. 18 h à 19 h Ven. 17 h 30 à 18 h 30	105 $
9 à 10 ans	3 : Je nage deux fois semaine (60 min) Maîtrise des quatre styles de nage, du rythme et de l'endurance. Initiation au réseau de compétition régional (60 $ inclus dans les droits d'inscriptions de 240 $)	Mar., jeu. 18 h à 19 h Ven. 17 h 30 à 18 h 30	240 $

*Doit pouvoir se déplacer seul sur une distance de 15 m

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

PROGRAMME COMPÉTITIF

- Renseignements : www.natation-csq.com, section *Club*
- À l'intention des personnes désireuses d'améliorer leur condition physique en faisant de la natation compétitive
- Entraînements dirigés par des entraîneurs qualifiés (certifiés dans le cadre du Programme national de certification des entraîneurs [PNCE])
- Possibilité offerte aux nageurs de faire partie des réseaux de compétition régional et provincial
- Inscription : 418 641-6201, poste 4999 ou csq_natation@hotmail.com

Coût et horaire

- Tarif établi selon l'âge du participant (minimum de 55 $ par mois)

GROUPE	HORAIRE	ENDROIT	COÛT
Régional-développement[1]	Mar., jeu. 17 h 30 à 19 h Sam. 6 h 15 à 10 h (2 h dans la piscine et 1 h 30 dans le gymnase)	Piscine Jos-A.-Lachance	Selon l'âge
Provincial-développement	Lun. au jeu. 17 h 30 à 19 h Ven. 17 h à 18 h 30 Sam. 6 h 15 à 10 h (2 h dans la piscine et 1 h 30 dans le gymnase)	Piscine Jos-A.-Lachance	Selon l'âge
Provincial 1 et Provincial 2	Lun. au jeu. 17 h 30 à 19 h Ven. 17 h à 18 h 30 Sam. 6 h 15 à 10 h (2 h dans la piscine et 1 h 30 dans le gymnase)	Piscine Jos-A.-Lachance	Selon l'âge

[1]Avoir acquis les habiletés exigées dans le programme *Je nage* ou réussir le test d'admission (prendre rendez-vous)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Activités physiques, sportives et activités de plein air

FONDATION D'AIDE À L'ATHLÈTE CAROUGEOIS (Activités de la)

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3047; gaby.martel@ville.quebec.qc.ca

La Fondation :

- offre un soutien financier aux athlètes habitant le secteur de Cap-Rouge en vue de favoriser l'amélioration de leurs performances sportives;
- attribue des bourses deux fois par année, en juin et en novembre;
- octroie des sommes variant de 100 $ à 1 200 $ selon la catégorie : développement, relève, élite et excellence.

Critères d'admissibilité

L'athlète doit :

- présenter une demande en remplissant le formulaire prévu à cet effet et le transmettre dans les délais indiqués;
- être toujours actif et résider dans le secteur de Cap-Rouge depuis au moins un an;
- avoir participé à des compétitions au cours des 12 mois précédant la date de réception de la demande;
- s'engager à poursuivre son entraînement et à participer à des compétitions pendant toute l'année suivant la remise de la bourse.

AÉROBIE ET MUSCULATION

- Renseignements : Oxygène, 418 522-3865; oxygene@live.ca, facebook.com/oxygene.qc
- Inscription : par la poste (8, rue des Cyprès, Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier G3N 1B6)
- Chèque libellé à l'ordre d'Oxygène
- Aucune confirmation d'inscription à moins d'un changement ou d'une annulation
- Mêmes coûts pour tous peu importe son lieu de résidence

Coût des activités présentées dans les pages 63 et 64

12 SEMAINES	1 FOIS SEM.	2 FOIS SEM.	3 FOIS SEM.
Automne ou hiver Adultes	77 $	147 $	213 $

ABDOMINAUX, FESSIERS, CUISSES

- Renseignements : 418 522-3865; oxygene@live.ca, facebook.com/oxygene.qc
- Entraînement musculaire portant sur le raffermissement du tour de taille et des hanches à l'aide d'exercices au sol (inspiré de la technique Pilates)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3810	01	Adultes	Mar. 18 h 55 à 19 h 55	EA	2014-09-16	12 sem.	p. 62

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3810	51	Adultes	Mar. 18 h 55 à 19 h 55	EA	2015-01-20	12 sem.	p. 62

ACTION MUSCULATION

- Renseignements : 418 522-3865; oxygene@live.ca, facebook.com/oxygene.qc
- Musculation du corps au moyen de différents accessoires
- Excellent moyen pour contrer l'ostéoporose

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3811	01	Adultes	Mar. 20 h 05 à 21 h 05	EA	2014-09-16	12 sem.	p. 62

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3811	51	Adultes	Mar. 20 h 05 à 21 h 05	EA	2015-01-20	12 sem.	p. 62

AÉROBIE

- Renseignements : 418 522-3865; oxygene@live.ca, facebook.com/oxygene.qc
- Entraînement cardiovasculaire et musculaire au moyen d'accessoires, au son d'une musique dynamique, et exercices au sol visant le raffermissement des abdominaux et des fessiers

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3810	01	Adultes	Lun. 18 h 55 à 19 h 55	EA	2014-09-15	12 sem.	p. 62
CARD3810	02	Adultes	Mer. 18 h 55 à 19 h 55	EA	2014-09-17	12 sem.	p. 62

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3810	51	Adultes	Lun. 18 h 55 à 19 h 55	EA	2015-01-19	12 sem.	p. 62
CARD3810	52	Adultes	Mer. 18 h 55 à 19 h 55	EA	2015-01-21	12 sem.	p. 62

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AÉROBIE-SURPRISE

- Renseignements : 418 522-3865; oxygene@live.ca, facebook.com/oxygene.qc
- Combiné d'exercices cardiovasculaires et musculaires variables suivi d'exercices au sol visant le raffermissement des abdominaux et des fessiers

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3810	03	Adultes	Lun. 20 h 05 à 21 h 05	EA	2014-09-15	12 sem.	p. 62

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3810	53	Adultes	Lun. 20 h 05 à 21 h 05	EA	2015-01-19	12 sem.	p. 62

AÉROBIE-*STEP*

- Renseignements : 418 522-3865; oxygene@live.ca, facebook.com/oxygene.qc
- Entraînement cardiovasculaire sur *step* et au sol visant le raffermissement des abdominaux et des fessiers

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3810	05	Adultes	Mer. 20 h 05 à 21 h 05	EA	2014-09-17	12 sem.	p. 62

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3810	55	Adultes	Mer. 20 h 05 à 21 h 05	EA	2015-01-21	12 sem.	p. 62

BADMINTON LIBRE

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Équipes formées sur place
- Parties en double seulement
- Apporter son équipement

AUTOMNE

- Activité du 13 octobre annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3830	01	16 ans et + Intermédiaire à avancé	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	EP	2014-09-15	12 sem.	50 $
BADM3830	02	16 ans et + Intermédiaire à avancé	Mar. 19 h 30 à 21 h 30	EP	2014-09-16	12 sem.	50 $
BADM3011	01	16 ans et + Intermédiaire à avancé	Mar. 20 h 30 à 22 h 30	ESM	2014-09-16	12 sem.	50 $

HIVER

- Activité du 6 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3830	51	16 ans et + Intermédiaire à avancé	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	EP	2015-01-19	12 sem.	50 $
BADM3830	52	16 ans et + Intermédiaire à avancé	Mar. 19 h 30 à 21 h 30	EP	2015-01-20	12 sem.	50 $
BADM3011	51	16 ans et + Intermédiaire à avancé	Mar. 20 h 30 à 22 h 30	ESM	2015-01-20	12 sem.	50 $

BADMINTON (Location de courts)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Apporter son équipement

AUTOMNE

- Activité du 13 octobre annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3860	01	16 ans et +	Lun. 20 h 15 à 21 h 45	EGM	2014-09-15	12 sem.	193 $
BADM3860	02	16 ans et +	Mar. 20 h 15 à 21 h 45	EGM	2014-09-16	12 sem.	193 $
BADM3860	03	16 ans et +	Mer. 19 h à 20 h 30	ES	2014-09-17	12 sem.	193 $
BADM3860	04	16 ans et +	Mer. 20 h 30 à 22 h	ES	2014-09-17	12 sem.	193 $
BADM3860	05	16 ans et +	Jeu. 19 h à 20 h	EA	2014-09-18	12 sem.	146 $
BADM3860	06	16 ans et +	Jeu. 20 h à 21 h 30	EA	2014-09-18	12 sem.	193 $
BADM3860	07	16 ans et +	Jeu. 20 h 30 à 22 h	ESM	2014-09-18	12 sem.	193 $
BADM3860	08	16 ans et +	Ven. 19 h à 20 h	ES	2014-09-19	12 sem.	146 $
BADM3860	09	16 ans et +	Ven. 20 h à 21 h	ES	2014-09-19	12 sem.	146 $
BADM3860	10	16 ans et +	Ven. 20 h 30 à 21 h 30	ESM	2014-09-19	12 sem.	146 $
BADM3861	11	16 ans et +	Ven. 19 h à 20 h 30	EA	2014-09-19	12 sem.	193 $
BADM3860	12	16 ans et +	Ven. 20 h 30 à 22 h	EA	2014-09-19	12 sem.	193 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

- Activités des 3 et 6 avril annulées

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3860	51	16 ans et +	Lun. 20 h 15 à 21 h 45	EGM	2015-01-19	12 sem.	193 $
BADM3860	52	16 ans et +	Mar. 20 h 15 à 21 h 45	EGM	2015-01-20	12 sem.	193 $
BADM3860	53	16 ans et +	Mer. 19 h à 20 h 30	ES	2015-01-21	12 sem.	193 $
BADM3860	54	16 ans et +	Mer. 20 h 30 à 22 h	ES	2015-01-21	12 sem.	193 $
BADM3860	55	16 ans et +	Jeu. 19 h à 20 h	EA	2015-01-22	12 sem.	146 $
BADM3860	56	16 ans et +	Jeu. 20 h à 21 h 30	EA	2015-01-22	12 sem.	193 $
BADM3860	57	16 ans et +	Jeu. 20 h 30 à 22 h	ESM	2015-01-22	12 sem.	193 $
BADM3860	58	16 ans et +	Ven. 19 h à 20 h	ES	2015-01-23	12 sem.	146 $
BADM3860	59	16 ans et +	Ven. 20 h à 21 h	ES	2015-01-23	12 sem.	146 $
BADM3860	60	16 ans et +	Ven. 20 h 30 à 21 h 30	ESM	2015-01-23	12 sem.	146 $
BADM3860	61	16 ans et +	Ven. 19 h à 20 h 30	EA	2015-01-23	12 sem.	193 $
BADM3860	62	16 ans et +	Ven. 20 h 30 à 22 h	EA	2015-01-23	12 sem.	193 $

CLUB SPORTIF 50+ CAP-ROUGE (Activités du)

- Renseignements : Yvan Gagnon, 418 659-5947; Francine Vachon, 418 652-7990; Jean-Paul Auger, 418 650-0901; Clémence Lalancette, 418 842-0418; info@clubsportif50cr.org ou les responsables des activités (voir les tableaux ci-dessous et à la page suivante)
- Offre l'occasion aux personnes de 50 ans et plus de pratiquer des activités sportives non compétitives et adaptées à leur rythme
- Offre d'autres activités au printemps et à l'été
- Cotisation annuelle : 10 $, résidants de la ville de Québec; 15 $, autres (nombre de places limité)
- Badminton, billard, curling, quilles et taekwondo : frais correspondant au prix de location de l'équipement
- Raquette, ski de fond, ski alpin et randonnées en montagne : tarifs en vigueur dans les différents centres

AUTOMNE

ACTIVITÉ	HORAIRE	PÉRIODE	ENDROIT	RESPONSABLE
Badminton*	Lun. 19 h 30 à 21 h 30 (annulée le 13 octobre)	2014-09-15 au 2014-12-15	ES (Joueurs habituels ou substituts)	Lise Bédard 418 658-5647
Billard*	Lun. 13 h 30	Septembre à avril	Dooly's, chemin Sainte-Foy	Robert St-Denis 418 650-6451
Curling*	Mer. 14 h 15	Octobre à avril	Club de curling Victoria (Joueurs habituels ou substituts)	Gilles Walsh 418 656-0940
Danse en ligne*	Lun. 10 h à 11 h 15 (annulée le 13 octobre) Ven. 10 h 45 à 12 h	2014-09-15 au 2014-12-08 2014-09-19 au 2014-12-05	CCCA CCCR	Nicole Morin 418 659-5947

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ACTIVITÉ	HORAIRE	PÉRIODE	ENDROIT	RESPONSABLE
Marche	Mar. 9 h 30 à 11 h	Septembre à juin	3, 5 et 7 km en milieu urbain; à l'automne en forêt urbaine	Lise Parent-Savary 418 878-2739
Mise en forme par le taekwondo*	Jeu. 10 h 30 à 11 h 45 (traditionnel, pour les initiés) Ven. 13 h 15 à 14 h 30 (débutants et initiés)	Septembre à mai	Trân Fusion	Louise Guilbert 418 843-2007
Quilles*	Ven. 12 h 45	Septembre à avril	Quillorama Frontenac (Joueurs habituels ou substituts)	Marc Fortin 418 872-4112
Randonnée en montagne	Mer. 9 h 30	Septembre à novembre	Différents centres de la région	Michel Keable 418 658-1984

*Activité contingentée, inscription spécifique nécessaire

HIVER

ACTIVITÉ	HORAIRE	PÉRIODE	ENDROIT	RESPONSABLE
Badminton*	Lun. 19 h 30 à 21 h 30 (annulée le 6 avril)	2015-01-05 au 2015-04-27	ES (Joueurs habituels ou substituts)	Lise Bédard 418 658-5647
Billard*	Lun. 13 h 30	Septembre à avril	Dooly's, chemin Sainte-Foy	Robert St-Denis 418 650-6451
Curling*	Mer. 14 h 15	Octobre à avril	Club de curling Victoria (Joueurs habituels ou substituts)	Gilles Walsh 418 656-0940
Danse en ligne*	Lun. 10 h à 11 h 15 Ven. 10 h à 11 h 15	2015-01-12 au 2015-03-30 2015-01-16 au 2015-04-10	CCCA CCC	Nicole Morin 418 659-5947
Marche	Mar. 9 h 30 à 11 h	Septembre à juin	3, 5 et 7 km en milieu urbain; à l'automne en forêt urbaine	Lise Parent-Savary 418 878-2739
Mise en forme par le taekwondo*	Jeu. 10 h 30 à 11 h 45 (traditionnel, pour les initiés) Ven. 13 h 15 à 14 h 30 (débutants et initiés)	Septembre à mai	Trân Fusion	Louise Guilbert 418 843-2007
Quilles*	Ven. 12 h 45	Septembre à avril	Quillorama Frontenac (Joueurs habituels ou substituts)	Marc Fortin 418 872-4112
Randonnée en montagne	Mer. 9 h 30	Septembre à novembre	Différents centres de la région	Michel Keable 418 658-1984
Raquette	Mer. 9 h 30	Janvier à mars	Différents centres de la région	Normand Godbout 418 654-0356
Ski alpin	Mar., mer., ven.	Janvier à avril	Différents centres de la région	Pauline Côté 418 614-6355
Ski de fond	Mer. 9 h 30	Janvier à mars	Différents centres de la région	Pauline Côté 418 660-6015

*Activité contingentée, inscription spécifique nécessaire

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Renseignements : Rest'Actif, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Forfait : deux fois ou plus par semaine : 50 $ par cours supplémentaire
- Chèque libellé à l'ordre de Rest'Actif (poster le formulaire dûment rempli et le chèque à l'adresse suivante : 14, route Kennedy, Lévis G6V 6C2)

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3003	01	50 ans et +	Lun. 9 h à 10 h	CCNB	2014-09-15	12 sem.	80 $
COND3003	02	50 ans et +	Lun. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2014-09-15	12 sem.	80 $
COND3003	03	50 ans et +	Mer. 9 h à 10 h	CCNB	2014-09-17	12 sem.	80 $
COND3003	04	50 ans et +	Mer. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2014-09-17	12 sem.	80 $
COND3003	05	50 ans et +	Ven. 9 h à 10 h	CCNB	2014-09-19	12 sem.	80 $
COND3003	06	50 ans et +	Ven. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2014-09-19	12 sem.	80 $

HIVER

- Cours du 3 et du 6 avril annulés

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3003	51	50 ans et +	Lun. 9 h à 10 h	CCNB	2015-01-12	12 sem.	80 $
COND3003	52	50 ans et +	Lun. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2015-01-12	12 sem.	80 $
COND3003	53	50 ans et +	Mer. 9 h à 10 h	CCNB	2015-01-14	12 sem.	80 $
COND3003	54	50 ans et +	Mer. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2015-01-14	12 sem.	80 $
COND3003	55	50 ans et +	Ven. 9 h à 10 h	CCNB	2015-01-16	12 sem.	80 $
COND3003	56	50 ans et +	Ven. 10 h 05 à 11 h 05	CCNB	2015-01-16	12 sem.	80 $

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE (Programme intégré d'équilibre dynamique [P. I. E. D.])

- Programme d'exercices en groupe pour améliorer l'équilibre et la force musculaire

AUTOMNE

- Renseignements et inscription : Mariane Martel-Thibault, 418 948-1722

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3800	01	65 ans et +	Lun. 13 h à 14 h 30, ven. 13 h à 14 h	CCCR	À déterminer	12 sem.	Gratuit

HIVER

- Renseignements et inscription : Mouvement des services à la communauté de Cap-Rouge, 418 641-6643

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3800	51	65 ans et +	Lun. 9 h à 10 h 30 et mer. 9 h à 10 h	CCCR	À déterminer	12 sem.	Gratuit

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CURLING

Club de curling Victoria

449, rue Curie G1P 3V1

- Renseignements : 418 656-0403, 418 656-1094 (télécopieur); info@ccv.qc.ca; www.ccv.qc.ca
- Inscription : du 16 au 20 septembre
- Saison : d'octobre à avril
- Coûts : variés (www.ccv.qc.ca/tarification.html)
- Clientèle : adultes et enfants de 8 ans et plus
- Membres de 20 ans et moins : 15 séances au minimum données par des entraîneurs reconnus par l'Association canadienne des entraîneurs (une heure et demie consacrée à l'enseignement et une heure et demie à la pratique du sport, le dimanche de 9 h à 12 h)
- Membres de 21 ans et plus : possibilité de faire partie des ligues jouant le jour ou le soir (du lundi au vendredi)
- Journées portes ouvertes, du 16 au 20 septembre
  - les mercredi, jeudi et vendredi, de 18 h à 21 h
  - les samedi et dimanche, de 12 h à 16 h

GOLF

- Renseignements et inscription : Christian Turbide, 418 624-5316, info@christianturbide.com
- Fiche d'inscription sur le site Internet du club (www.christianturbide.com)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GOLF3001	01	Débutant et intermédiaire	Sam. 9 h 30 à 11 h	ESM	2014-11-01	6 sem.	150 $
GOLF3002	01	Intermédiaire et avancé	Sam. 11 h à 12 h 30	ESM	2014-11-01	6 sem.	150 $

HIVER

- Cours du 4 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GOLF3001	51	Débutant et intermédiaire	Sam. 9 h 30 à 11 h	ESM	2015-02-28	6 sem.	150 $
GOLF3002	51	Intermédiaire et avancé	Sam. 11 h à 12 h 30	ESM	2015-02-28	6 sem.	150 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

GYMNASTIQUE

Club de gymnastique Québec Performance

- Renseignements : 581 450-1496, info@gymquebecperformance.com; www.gymquebecperformance.com
- Adresse : parc des Brumes, 6920, rue des Brumes, Québec G2C 1R4 (inscription sur place)
- Cours de gymnastique offerts dans tous les arrondissements de la ville
- Possibilité de s'entraîner en vue de compétitions

Inscription

- Automne
  - En ligne : du 23 août, 10 h, au 3 septembre, 16 h
  - En personne : les 23 août, de 10 h à 16 h, et le 25 août, de 9 h à 21 h
- Hiver
  - En ligne : du 29 novembre, 10 h, au 23 décembre, 16 h
  - En personne : le 29 novembre, de 10 h à 16 h, et le 1er décembre, de 9 h à 21 h

Paiement des droits d'inscription

- En ligne : par carte de crédit
- En personne : par chèque ou comptant

Tarif familial

- Réduction de 8 $ accordée au 2e enfant de la famille et aux suivants

Habillement

- Tenue sportive : pantalon court, collant sans pied (*legging*), débardeur (*camisole*), gilet court, sans chaussures

Adhésion

- Adhésion à la Fédération de gymnastique du Québec obligatoire (valable du 1er septembre 2014 au 31 août 2015)
- Payable sur le site Internet de la ville (www.ville.quebec.qc.ca)

Coûts

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT.	COÛT
GYMN9001	01	Tous	23 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT.	COÛT
GYMN9001	41	Tous	23 $

Les montants indiqués entre parenthèses sont ceux que doivent payer les personnes résidant à l'extérieur de Québec.

PETITE ENFANCE (18 MOIS À 6 ANS, MIXTE)

- Programme gymnique axé sur la capacité à bouger et le développement des habiletés motrices
- Possibilité offerte aux parents d'accompagner leur enfant dans la découverte de ses premiers mouvements
- Enfant de 3 ans et plus : présence du parent non nécessaire

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GYMN9311	01	Parent et bambin, 18 à 36 mois (45 min)	Sam. 8 h 45 à 9 h 30	PGV	2014-09-13	12 sem.	84 $ (126 $)
GYMN9312	01	Bout de choux, 3 à 4 ans (60 min)	Sam. 9 h 35 à 10 h 35	PGV	2014-09-13	12 sem.	97 $ (145,50 $)
GYMN9312	02	Bout de choux plus, 3 à 4 ans (75 min)	Sam. 10 h 40 à 11 h 55	PGV	2014-09-13	12 sem.	127 $ (190,50 $)
GYMN9312	03	Mini-gym, 5 à 6 ans (60 min)	Sam. 9 h 35 à 10 h 35	PGV	2014-09-13	12 sem.	106 $ (159 $)
GYMN9312	04	Mini-gym, 5 à 6 ans (60 min)	Sam. 10 h 40 à 11 h 40	PGV	2014-09-13	12 sem.	106 $ (159 $)
GYMN9312	05	Mini-gym plus, 5 à 6 ans (90 min)	Sam. 10 h 40 à 12 h 10	PGV	2014-09-13	12 sem.	147 $ (220,50 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GYMN9311	51	Parent et bambin, 18 à 36 mois (45 min)	Sam. 8 h 45 à 9 h 30	PGV	2015-01-17	10 sem.	70 $ (105 $)
GYMN9312	51	Bout de choux, 3 à 4 ans (60 min)	Sam. 9 h 35 à 10 h 35	PGV	2015-01-17	10 sem.	88 $ (132 $)
GYMN9312	52	Bout de choux plus, 3 à 4 ans (75 min)	Sam. 10 h 40 à 11 h 55	PGV	2015-01-17	10 sem.	106 $ (159 $)
GYMN9312	53	Mini-gym, 5 à 6 ans (60 min)	Sam. 9 h 35 à 10 h 35	PGV	2015-01-17	10 sem.	88 $ (132 $)
GYMN9312	54	Mini-gym, 5 à 6 ans (60 min)	Sam. 10 h 40 à 11 h 40	PGV	2015-01-17	10 sem.	88 $ (132 $)
GYMN9312	55	Mini-gym plus, 5 à 6 ans (90 min)	Sam. 10 h 40 à 12 h 10	PGV	2015-01-17	10 sem.	123 $ (184,50 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE (7 ANS ET PLUS)

- Programme gymnique destiné aux jeunes filles
- Enseignement basé sur le programme national CANGYM reconnu par Gymnastique Canada, lequel compte plusieurs niveaux

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLEINT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GYMN9313	01	7 ans et + Bordeaux et rouge	Sam. 12 h 30 à 14 h	PGV	2014-09-13	12 sem.	147 $ (220,50 $)
GYMN9313	02	7 ans et + Bordeaux et rouge	Dim. 9 h à 10 h 30	PGV	2014-09-14	12 sem.	147 $ (220,50 $)
GYMN9313	03	7 ans et + Bordeaux et rouge	Lun. 18 h à 19 h 30	PGV	2014-09-15	12 sem.	147 $ (220,50 $)
GYMN9313	04	7 ans et + PLUS Tan et Bronze	Sam. 14 h 15 à 16 h 15	PGV	2014-09-13	12 sem.	186 $ (279 $)
GYMN9314	01	9 ans et + Bronze et mauve	Sam. 12 h 30 à 14 h 30	PGV	2014-09-13	12 sem.	186 $ (279 $)
GYMN9314	02	9 ans et + Bronze et mauve	Dim. 10 h 35 à 12 h 35	PGV	2014-09-14	12 sem.	186 $ (279 $)
GYMN9314	03	9 ans et + Bronze et mauve	Mar.18 h à 20 h	PGV	2014-09-16	12 sem.	186 $ (279 $)
GYMN9314	04	9 ans et + PLUS Bleu et turquoise	Sam. 14 h 35 à 17 h 05	PGV	2014-09-13	12 sem.	223 $ (334,50 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLEINT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GYMN9313	51	7 ans et + Bordeaux et rouge	Sam. 12 h 30 à 14 h	PGV	2015-01-17	10 sem.	123 $ (184,50 $)
GYMN9313	52	7 ans et + Bordeaux et rouge	Dim. 9 h à 10 h 30	PGV	2015-01-18	10 sem.	123 $ (184,50 $)
GYMN9313	53	7 ans et + Bordeaux et rouge	Lun. 18 h à 1 9h 30	PGV	2015-01-19	10 sem.	123 $ (184,50 $)
GYMN9313	54	7 ans et + PLUS Tan et bronze	Sam. 14 h 15 à 16 h 15	PGV	2015-01-17	10 sem.	155 $ (232,50 $)
GYMN9314	51	9 ans et + Bronze et mauve	Sam. 12 h 30 à 14 h 30	PGV	2015-01-17	10 sem.	155 $ (232,50 $)
GYMN9314	52	9 ans et + Bronze et mauve	Dim. 10 h 35 à 12 h 35	PGV	2015-01-18	10 sem.	155 $ (232,50 $)
GYMN9314	53	9 ans et + Bronze et mauve	Mar. 18 h à 20 h	PGV	2015-01-20	10 sem.	155 $ (232,50 $)
GYMN9314	54	9 ans et + PLUS Bleu et turquoise	Sam. 14 h 35 à 17 h 05	PGV	2015-01-17	10 sem.	186 $ (279 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE (12 ANS ET PLUS)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GYMN9315	01	12 ans et + Turquoise et argent	Sam. 12 h 10 à 14 h 40	PGV	2014-09-13	12 sem.	223 $ (334,50 $)
GYMN9315	02	12 ans et + Turquoise et argent	Mer. 17 h 30 à 20 h	PGV	2014-09-17	12 sem.	223 $ (334,50 $)
GYMN9315	03	12 ans et + PLUS Orange, jaune, vert., or	Sam. 14 h 05 à 17 h 05	PGV	2014-09-13	12 sem.	258 $ (387 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GYMN9315	51	12 ans et + Turquoise et argent	Sam. 12 h 10 à 14 h 40	PGV	2015-01-17	10 sem.	186 $ (279 $)
GYMN9315	52	12 ans et + Turquoise et argent	Mer. 17 h 30 à 20 h	PGV	2015-01-21	10 sem.	186 $ (279 $)
GYMN9315	53	12 ans et + PLUS Orange, jaune, vert, or	Sam. 14 h 05 à 17 h 05	PGV	2015-01-17	10 sem.	215 $ (322, 50 $)

GYMNASTIQUE SPÉCIALISÉE AU SOL

- Programme destiné aux jeunes de 9 ans et plus fondé sur l'apprentissage, l'amélioration et le perfectionnement des techniques inhérentes à la gymnastique au sol
- Développement d'habiletés acrobatiques répondant souvent aux besoins des jeunes pratiquant la claque (*cheerleading*).

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GYMN9316	01	Filles 9 ans et + Bronze et mauve	Sam. 14 h 45 à 16 h 45	PGV	2014-09-13	12 sem.	186 $ (279 $)
GYMN9316	02	Filles 9 ans et + Bronze et mauve	Dim. 13 h 15 à 15 h 15	PGV	2014-09-14	12 sem.	186 $ (279 $)
GYMN9316	03	Filles 9 ans et + Bronze et mauve	Dim. 15 h 20 à 17 h 20	PGV	2014-09-14	12 sem.	186 $ (279 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GYMN9316	51	Filles 9 ans et + Bronze et mauve	Sam. 14 h 45 à 16 h 45	PGV	2015-01-17	10 sem.	155 $ (232,50 $)
GYMN9316	52	Filles 9 ans et + Bronze et mauve	Dim. 13 h 15 à 15 h 15	PGV	2015-01-18	10 sem.	155 $ (232,50 $)
GYMN9316	53	Filles 9 ans et + Bronze et mauve	Dim. 15 h 20 à 17 h 20	PGV	2015-01-18	10 sem.	155 $ (232,50 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

GYMNASTIQUE GARÇONS

- Programme gymnique destiné aux garçons
- Enseignement basé sur le programme national CANGYM reconnu par Gymnastique Canada, lequel compte plusieurs niveaux
- Possibilité de bénéficier du programme de pré-compétition et de compétition au centre de Charlesbourg

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GYMN9317	01	7 ans et +	Sam. 12h 40 à 14 h 10	PGV	2014-09-13	12 sem.	147 $ (220,50 $)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GYMN9317	51	7 ans et +	Sam. 12 h 40 à 14 h 10	PGV	2015-01-17	10 sem.	123 $ (184,50 $)

CLUB AÉROGYM INC. (Activités du)

- Renseignements : www.clubaerogym.com; https://fr-fr.facebook.com/clubaerogyminc; clubaerogym_inc@hotmail.com, 418 990-1099 (boîte vocale)
- Responsables : Marie-Ève Rochette et Cindy Laroche
- Inscription
  - sur le site Internet du club (www.clubaerogym.com)
  - par la poste, au plus tard le 29 août (automne) et le 31 décembre (hiver)
  - Fiche d'inscription : sur Internet (faire parvenir son chèque libellé à l'ordre du Club Aérogym, inc., à l'adresse suivante : Club Aérogym inc., C. P. 75175, succ. Cap-Rouge, Québec G1Y 3C8)
- Activités
  - De la mi-septembre à la mi-janvier
  - Dates officielles transmises aux personnes inscrites deux semaines avant le début des activités

HOCKEY PLAISIR

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3047
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Déroulement : de 15 à 20 minutes de pratique sous les conseils d'un animateur, de 40 à 45 minutes de jeu continu
- Cinq semaines de cours au minimum
- Port du casque avec grille et du protège-cou obligatoire

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
HOCK3820	51	Débutant, 5 à 7 ans	Dim. 9 h à 10 h	PASM	2015-01-11	6 sem.	20,50 $
HOCK3820	52	Débutant, 8 à 10 ans	Dim. 10 h 05 à 11 h 05	PASM	2015-01-11	6 sem.	20,50 $
HOCK3820	53	Débutant, 7 à 9 ans	Lun., mer. 18 h à 19 h	PP	2015-01-12	6 sem.	41 $
HOCK3820	54	Débutant, 7 à 9 ans	Mar., jeu. 18 h à 19 h	PRO	2015-01-13	6 sem.	41 $
HOCK3820	55	Débutant, 10 à 12 ans	Lun., mer. 19 h 05 à 20 h 05	PP	2015-01-12	6 sem.	41 $
HOCK3820	56	Débutant, 10 à 12 ans	Mar., jeu. 19 h 05 à 20 h 05	PRO	2015-01-13	6 sem.	41 $

HOCKEY MINEUR

Association du hockey mineur de Cap-Rouge–Saint-Augustin

- Renseignements : Richard Cayouette, 418 872-5457; Claire Chouinard, 418 652-1367; richard.cayouette@hockeycrsa.com
- Inscription
  - Faire parvenir le formulaire d'inscription dûment rempli (voir sur le site Internet de l'association [www.hockeycrsa.com]) et un chèque au montant demandé à l'adresse suivante : Association du hockey mineur de Cap-Rouge–Saint-Augustin inc., C. P. 75132, succursale Cap-Rouge, Québec G1Y 3C6
  - Joueur n'ayant jamais été inscrit dans une équipe de hockey organisée : ajouter une photocopie d'un justificatif d'âge
- Tarif familial
  - Réduction de 50 $ des droits d'inscription de base accordée au deuxième enfant de la famille, de 75 $ au troisième et de 100 $ au quatrième (exception : joueurs de catégorie junior)
- Paiement
  - Droits d'inscription payables en un versement (chèque libellé à l'ordre de l'Association du hockey mineur de Cap-Rouge–Saint-Augustin inc. et posté au plus tard le 15 août avec la fiche d'inscription)
  - Aucun remboursement accordé sauf s'il y a annulation de l'activité
- Endroits : aréna l'Activital, pavillon d'éducation physique de l'Université Laval (PEPS), arénas de Sillery et de Sainte-Foy ainsi que les arénas des autres organisations participantes

GR.	JOUEUR NÉ ENTRE LE	COÛT[2]
Pré-novice[1]	1er janvier 2008 et 31 décembre 2009	175 $
Novice	1er janvier 2006 et 31 décembre 2007	265 $
Atome	1er janvier 2004 et 31 décembre 2005	290 $
Pee-Wee	1er janvier 2002 et 31 décembre 2003	290 $
Bantam	1er janvier 2000 et 31 décembre 2001	305 $
Midget	1er janvier 1997 et 31 décembre 1999	305 $
Junior[3]	1er janvier 1993 et 31 décembre 1996	320 $

[1]Possibilité offerte aux joueurs nés entre le 1er janvier 2010 et le 31 décembre 2010 de faire partie de cette catégorie

[2]Coût de base; montant supplémentaire demandé aux joueurs des niveaux AA, BB et CC

[3]Limite de quatre joueurs de 21 ans par équipe

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Selon les règlements de Hockey Québec, les joueurs doivent obligatoirement s'inscrire dans le secteur où ils habitent. Les résidants des anciennes villes de Sainte-Foy et de Sillery doivent s'inscrire auprès de l'Association du hockey mineur de Sainte-Foy–Sillery tandis que ceux de l'ancienne ville de Cap-Rouge doivent le faire auprès de l'Association du hockey mineur de Cap-Rouge–Saint-Augustin.

Association du hockey mineur de Sainte-Foy–Sillery

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3383; info@lesgouverneurs.com; www.lesgouverneurs.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou en transmettant un chèque libellé à l'ordre du Hockey mineur Sainte-Foy–Sillery, un justificatif de domicile (*preuve de résidence*) et un justificatif d'âge (pour les nouveaux) à l'A. H. M. de Sainte-Foy–Sillery, 930, avenue Roland-Beaudin, Québec G1V 4H8
- Politique familiale : 30 % de rabais accordé au 2e enfant de la famille, gratuit pour les enfants suivants
- Tarifs déterminés selon un ordre allant du plus vieux au plus jeune
- Frais supplémentaires demandés aux joueurs inscrits dans les catégories double lettre

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	DÉBUT	DURÉE	COÛT
HOCK3001	01	Pré-novice 2008-01-01 et 2010-12-31	2014-09-01	30 sem.	185 $
HOCK3002	01	Novice 2006-01-01 et 2007-12-31	2014-09-01	30 sem.	305 $
HOCK3003	01	Atome 2004-01-01 et 2005-12-31	2014-09-01	30 sem.	330 $
HOCK3004	01	Pee-Wee 2002-01-01 et 2003-12-31	2014-09-01	30 sem.	330 $
HOCK3005	01	Bantam 2000-01-01 et 2001-12-31	2014-09-01	30 sem.	330 $
HOCK3006	01	Midget 1997-01-01 et 1999-12-31	2014-09-01	30 sem.	330 $
HOCK3007	01	Junior 1993-01-01 et 1996-12-31	2014-09-01	30 sem.	355 $

Selon les règlements de Hockey Québec, les joueurs doivent obligatoirement s'inscrire dans le secteur où ils habitent. Les résidants des anciennes villes de Sainte-Foy et de Sillery doivent s'inscrire auprès de l'Association du hockey mineur de Sainte-Foy–Sillery tandis que ceux de l'ancienne ville de Cap-Rouge doivent le faire auprès de l'Association du hockey mineur de Cap-Rouge–Saint-Augustin.

PATINAGE DE BASE

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3047
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Apprentissage du coup de patin, des départs, des virages et de l'arrêt
- Cinq semaines de cours au minimum
- Port du casque protecteur obligatoire

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3800	51	Débutant, 4 à 5 ans	Sam. 9 h à 9 h 50	PE	2015-01-10	6 sem.	30 $
PATI3800	52	Débutant, 4 à 5 ans	Dim. 9 h à 9 h 50	PRO	2015-01-11	6 sem.	30 $
PATI3800	53	Débutant, 4 à 5 ans	Dim. 9 h à 9 h 50	PSBE	2015-01-11	6 sem.	30 $
PATI3800	54	Débutant, 4 à 5 ans	Dim. 9 h à 9 h 50	CGM	2015-01-11	6 sem.	30 $
PATI3800	55	Débutant, 6 à 7 ans	Sam. 10 h à 10 h 50	PE	2015-01-10	6 sem.	30$
PATI3800	56	Débutant, 6 à 7 ans	Dim. 10 h à 10 h 50	PRO	2015-01-11	6 sem.	30 $
PATI3800	57	Débutant, 6 à 7 ans	Dim. 10 h à 10 h 50	PSBE	2015-01-11	6 sem.	30 $
PATI3800	58	Débutant, 6 à 7 ans	Dim. 10 h à 10 h 50	CGM	2015-01-11	6 sem.	30 $
PATI3800	59	Débutant, 4 à 5 ans	Mar. 18 h à 18 h 50	PASM	2015-01-13	6 sem.	30 $
PATI3800	60	Débutant, 6 à 7 ans	Mar. 19 h à 19 h 50	PASM	2015-01-13	6 sem.	30 $

PATINAGE ARTISTIQUE

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DE CAP-ROUGE (Activités du)

- Renseignements : Isabelle Lacombe, 418 652-8077; Paul Lacasse, 418 657-4671 (en soirée seulement); www.sites.google.com/site/cpacaprouge
- Enfants de 3 ans et plus
- Apprentissage du patinage pouvant préparer au hockey
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (faire parvenir la fiche d'inscription publiée sur le site Internet et un chèque libellé à l'ordre du CPA Cap-Rouge, à l'adresse suivante : CPA Cap-Rouge, C. P. 75113, succ. Cap-Rouge G1Y 3C6)
- Modalités de remboursement : selon la politique adoptée par le CPA de Cap-Rouge
- Rabais : 10 $ de réduction accordés au 2e enfant de la famille et 5 $ au 3e enfant de la famille; 50 $ de réduction accordés aux élèves inscrits au programme Sports-Études
- Débutants, Patinage plus (PP) : port du casque approuvé par la CSA obligatoire

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3028	01	Initiation au patinage, PP, 3 ans	Sam. 9 h à 9 h 55	PEPS	2014-09-13	15 sem.	90 $
PATI3028	02	Initiation au patinage, PP, 4 ans et +	Sam. 9 h à 9 h 55	PEPS	2014-09-13	15 sem.	90 $
PATI3028	03	Initiation au patinage, PP, 3 ans	Sam. 9 h à 9 h 55	PEPS	2014-09-13	27 sem.	120 $
PATI3028	04	Initiation au patinage, PP, 4 ans et +	Sam. 9 h à 9 h 55	PEPS	2014-09-13	27 sem.	120 $
PATI3029	01	Junior	Jeu., sam., dim.	PEPS	2014-08-28	31 sem.	210 $
PATI3029	02	Junior	1 fois/sem fixe Jeu. ou sam. ou dim.	PEPS	2014-08-28	31 sem.	140 $
PATI3030	01	Intermédiaire	Mar., jeu., sam., dim.	PEPS	2014-08-28	31 sem.	245 $
PATI3031	01	Senior	Mar., jeu., sam., dim.	PEPS	2014-08-28	31 sem.	245 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3028	51	Initiation au patinage, PP, 3 ans	Sam. 9 h à 9 h 55	PEPS	2015-01-10	12 sem.	85 $
PATI3028	52	Initiation au patinage, PP, 4 ans et +	Sam. 9 h à 9 h 55	PEPS	2015-01-10	12 sem.	85 $

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DE SAINTE-FOY (Activités du)

- Responsable : Céline Tardif-Trudel, 418 872-8709; www.cpasainte-foy.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste à l'adresse suivante : CPA Sainte-Foy, 930, avenue Roland-Beaudin, Québec G1V 4H8
- Chèque libellé à l'ordre du Club de patinage artistique de Sainte-Foy
- Port du casque obligatoire (casque de hockey homologué par la CSA) pour tous les enfants inscrits au cours de Patinage plus (PP)

AUTOMNE

- Cours annulé le 12 octobre pour le groupe PATI3007-01 (initiation PP, de 4 à 12 ans)
- Cours annulé le 11 octobre pour le groupe PATI3007-02 (initiation PP, de 4 à 12 ans)
- Cours annulés les 4, 6 et 7 décembre

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3007	01	Initiation, PP, 4 à 12 ans	Jeu. 17 h 35 à 18 h 25 Dim. 11 h 25 à 12 h 20	CSSF CSSF	2014-09-07	14 sem.	95 $
PATI3007	02	Initiation, PP, 4 à 12 ans	Sam. 11 h 30 à 12 h 20	CSSF	2014-09-06	14 sem.	70 $
PATI3008	01	Junior, intermédiaire Senior, 7 à 21 ans	Lun. 17 h à 19 h 50 Mer. 17 h 30 à 20 h 20 Jeu. 17 h à 17 h 30 Jeu.18 h 40 à 21 h 10 Sam. 7 h à 11 h 30 Dim. 7 h à 10 h 55	CSSF AJC CSSF CSSF CSSF CSSF	2014-08-28	33 sem.	190 $
PATI3006	01	Senior, collégial et universitaire, 21 ans et -	Mar. 7 h 15 à 8 h 15 Mer. 7 h 15 à 8 h 15	CSSF CSSF	2014-09-02	32 sem.	115 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

- Nombre de places limité
- Cours annulés les 8, 10, 11, 29 et 31 janvier et le 1er février

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3007	51	Initiation, PP, 4 à 12 ans	Jeu. 17 h 35 à 18 h 25 et dim. 11 h 25 à 12 h 20	CSSF CSSF	2015-01-15	12 sem.	95 $
PATI3007	52	Initiation, PP, 4 à 12 ans	Sam. 11 h 30 à 12 h 20	CSSF	2015-01-17	12 sem.	70 $
PATI3008	51	Junior, intermédiaire, Senior, 7 à 21 ans	Lun. 17 h à 19 h 50 Mer. 17 h 30 à 20 h 20 Jeu. 17 h à 17 h 30 Jeu. 18 h 40 à 21 h 10 Sam. 7 h à 11 h 30 Dim. 7 h à 10 h 55	CSSF ACJ CSSF CSSF CSSF CSSF	2015-01-03	15 sem.	110 $[1] 80 $[2]
PATI3006	51	Senior, collégial et universitaire, 21 ans et -	Mar. 7 h 15 à 8 h 15 Mer. 7 h 15 à 8 h 15	CSSF CSSF	2015-01-06	15 sem.	75 $

[1]Nouveaux élèves

[2]Patineurs qui changent de programme.

MISE EN FORME (À l'extérieur de la patinoire)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.		HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3009	01	Junior, intermédiaire Senior	Sam. 10 h 20 à 11 h 20	CSSF	2014-09-06	14 sem.	50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.		HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3009	51	Junior, intermédiaire Senior	Sam. 10 h 20 à 11 h 20	CSSF	2015-01-17	11 sem.	50 $

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DE SILLERY (Activités du)

- Renseignements : www.cpasillery.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca)
- Session d'hiver : 4 cours consacrés à des pratiques en vue de la tenue du spectacle prévu le 12 avril
- Équipement complet de hockey obligatoire dans les cours de *Power Skate*

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE ET HIVER (du 4 septembre au 12 avril)

- Âge du participant le 1er juillet 2014

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3010	02	Patinage plus, initiation, 3 à 5 ans (cours en groupe)*	Dim. 9 h 40 à 10 h 40	AJC	2014-09-07	28 sem.	150 $
PATI3010	01	Patinage plus, 5 à 17 ans (cours en groupe)	Ven. 19 h 10 à 20 h et dim. 10 h 50 à 11 h 50	AJC	2014-09-07	28 sem.	150 $
PATI3011	01	Junior, 5 à 17 ans (cours particuliers [*privés*] avec un entraîneur)	Lun. 16 h 50 à 17 h 40 Mar. 16 h 30 à 17 h 20 Jeu. 19 h à 19 h 50 Ven. 16 h à 16 h 50 Sam. 16 h 50 à 17 h 40 Dim. 7 h 30 à 8 h 30	AJC	2014-09-04	28 sem.	150 $
PATI3025	01	Intermédiaire, 5 à 17 ans (cours particuliers [*privés*] avec un entraîneur)	Lun. 16 h à 16 h 50 Mar. 17 h 20 à 18 h 10 Jeu. 18 h 10 à 19 h Ven. 16 h 45 à 17 h 30 Sam. 16 h à 16 h 50 Dim. 7 h 30 à 8 h 30	AJC	2014-09-04	28 sem.	150 $
PATI3012	01	Senior, 5 à 17 ans (cours particuliers [*privés*] avec un entraîneur)	Lun. 17 h 40 à 18 h 30 Mar. 18 h 10 à 19 h Jeu. 16 h 30 à 17 h 20 Ven. 18 h 25 à 19 h 10 Sam. 17 h 40 à 18 h 30 Dim. 8 h 30 à 9 h 30	AJC	2014-09-04	28 sem.	150 $
PATI3026	01	*Power Skate Hockey* (pré-novice, novice et atome) 7 à 10 ans	Mer. 16 h 30 à 17 h 20	AJC	2014-09-10	28 sem.	150 $
PATI3026	02	*Power Skate Hockey* 5 à 7 ans	Dim. 9 h 40 à 10 h 50	AJC	2014-09-07	28 sem.	150 $

* Ce groupe s'adresse aux enfants qui ne savent pas glisser sur la glace

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER (du 2 janvier au 12 avril)

- Nombre de places limité dans les groupes commençant leur cours cet hiver
- Équipement complet de hockey obligatoire dans les cours de *Power Skate*

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3010	51	Patinage plus 5 à 17 ans (cours en groupe)	Ven. 19 h 10 à 20 h dim. 10 h 50 à 11 h 50	AJC	2015-01-04	14 sem.	100 $
PATI3011	51	Junior, 5 à 17 ans (cours particuliers [*privés*] avec un entraîneur)	Lun. 16 h 50 à 17 h 40 Mar. 16 h 30 à 17 h 20 Jeu. 19 h à 19 h 50 Ven. 16 h à 16 h 50 Sam. 16 h 50 à 17 h 40 Dim. 7 h 30 à 8 h 30	AJC	2015-01-02	14 sem.	100 $
PATI3025	51	Intermédiaire, 5 à 17 ans (cours particuliers [*privés*] avec un entraîneur)	Lun. 16 h à 16 h 50 Mar. 17 h 20 à 18 h 10 Jeu. 18 h 10 à 19 h Ven. 16 h 45 à 17 h 30 Sam. 16 h à 16 h 50 Dim. 7 h 30 à 8 h 30	AJC	2015-01-02	14 sem.	100 $
PATI3012	51	Senior, 5 à 17 ans (cours particuliers [*privés*] avec un entraîneur)	Lun. 17 h 40 à 18 h 30 Mar. 18 h 10 à 19 h Jeu. 16 h 30 à 17 h 20 Ven. 18 h 25 à 19 h 10 Sam. 17 h 40 à 18 h 30 Dim. 8 h 30 à 9 h 30	AJC	2015-01-02	14 sem.	100 $
PATI3026	51	*Power Skate Hockey* (pré-novice, novice et atome) 7 à 10 ans	Mer. 16 h 30 à 17 h 20	AJC	2015-01-04	14 sem.	100 $
PATI3026	52	*Power Skate Hockey* 5 à 7 ans	Dim. 9 h 40 à 10 h 50	AJC	2015-01-04	14 sem.	100 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

MISE EN FORME (À l'extérieur de la patinoire)

- Activité réservée aux patineurs du club
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3024	01	Junior, intermédiaire, senior	Dim. 12 h à 13 h 15	CCNB	2014-09-14	20 sem.	100 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3024	51	Junior, intermédiaire, senior	Dim. 12 h à 13 h 15	CCNB	2015-01-11	10 sem.	50 $

PATINAGE DE VITESSE

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE DE SAINTE-FOY (Activités du)

- Responsable : Erika Huszar, 418 641-6413, poste 3382; www.cpvsf.com
- Inscription
  - sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca)
  - au local du club (patinoire Roland-Couillard) du centre sportif de Sainte-Foy (CSSF) (chèque libellé à l'ordre du Club de patinage de vitesse de Sainte-Foy)
  - Automne : du 25 au 29 août, de 17 h 30 à 20 h
  - Hiver : le 4 janvier, de 10 h à 12 h 30

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ÉCOLE DE PATINAGE

- Exigence : en patins, se tenir debout seul
- Équipement obligatoire : casque, protège-cou avec bavette, gants ou mitaines de cuir, protège-coudes, protège-genoux et patins (de hockey, de patinage artistique ou à longue lame)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3014	01	4 ans et + Apprentissage Débutant	Dim. 11 h 40 à 12 h 30	CSSF	2014-09-07	13 sem.	115 $/1er enfant 95 $/enfants suivants
PATI3014	02	4 ans et + Apprentissage Débutant	Dim. 11 h 40 à 12 h 30	CSSF	2014-09-07	25 sem.	230 $/1er enfant 190 $/enfants suivants
PATI3013	01	4 ans et + Apprentissage Avancé	Dim. 12 h 40 à 13 h 30	CSSF	2014-09-07	13 sem.	115 $/1er enfant 95 $/enfants suivants
PATI3013	02	4 ans et + Apprentissage Avancé	Dim. 12 h 40 à 13 h 30	CSSF	2014-09-07	25 sem.	230 $/1er enfant 190 $/enfants suivants

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3014	51	4 ans et + Apprentissage Débutant	Dim. 11 h 40 à 12 h 30	CSSF	2015-01-04	12 sem.	115 $/1er enfant 95 $/enfants suivants
PATI3013	51	4 ans et + Apprentissage Avancé	Dim. 12 h 40 à 13 h 30	CSSF	2015-01-04	12 sem.	115 $/1er enfant 95 $/enfants suivants

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

PATINAGE DE VITESSE INTÉRIEUR (Longues lames)

- Équipement obligatoire : casque, protège-cou avec bavette, gants ou mitaines de cuir, lunettes protectrices, protège-tibias, bas résistants aux coupures et patins à longues lames
- Location de patins à longues lames à prix abordable

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3015	01	Initié et avancé, groupe 3 2e année de patinage de vitesse et +	À confirmer	CSSF/AGB	2014-08-31	30 sem.	350 $/1er enfant 270 $/enfants suivants
PATI3016	01	Débutant et initié, groupe 4 1re année de patinage de vitesse	À confirmer	CSSF/AGB	2014-08-31	30 sem.	350 $/1er enfant 270 $/enfants suivants
PATI3019	01	Très avancé, groupe 1 Juvénile et +	À confirmer	CSSF/AGB	2014-08-31	30 sem.	380 $/1er enfant 295 $/enfants suivants
PATI3021	01	Avancé, groupe 2 Benjamin, cadet	À confirmer	CSSF/AGB	2014-08-31	30 sem.	380 $/1er enfant 295 $/enfants suivants
PATI3023	01	Élite, junior 13 ans et +	À confirmer	À confirmer	2014-08-31	30 sem.	95 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3016	51	Débutant et initié, groupe 4 1re année de patinage de vitesse	À déterminer	CSSF	2015-01-04	13 sem.	190 $/1er enfant 150 $/enfants suivants

PATINAGE DE VITESSE EXTÉRIEUR (Longues lames)

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PATI3027	01	Initié et avancé, 2e année de patinage de vitesse et +	À déterminer	AGB	2014-08-31	30 sem.	345 $/1er enfant 265 $/enfants suivants

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE DES MAÎTRES DE QUÉBEC (Activités du)

- Renseignements et inscription : André Langlois, 418 877-4868; cpvmq@live.ca; www.cpvmq.org
- Patinage sur longue piste à l'anneau Gaétan-Boucher (AGB) et cours
- Activité s'adressant aux adultes (niveaux débutant, intermédiaire et avancé)
- Possibilité offerte aux membres de participer au marathon sur glace et à la compétition sur piste
- Possibilité d'essayer des patins clap : 25 $ l'heure

PILATES

- Renseignements : Rest'Actif, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Chèque libellé à l'ordre de Rest'Actif (le poster avec le formulaire dûment rempli à l'adresse suivante : 14, route Kennedy, Lévis G6V 6C2)

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3006	01	50 ans et +	Lun. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2014-09-15	12 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3006	51	50 ans et +	Lun. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2015-01-12	12 sem.	120 $

SOCCER

CLUB DE SOCCER DES CARAVELLES DE SAINTE-FOY–SILLERY (Activités du)

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3374; ecrire@caravelles.ca
- Inscription
  - sur le site Internet du club par Visa ou Mastercard (www.caravelles.ca)
  - par la poste (formulaire sur le www.caravelles.ca)
  - le 16 août, de 9 h à 14 h au stade Telus-Université Laval
  - le 23 août, de 11 h à 16 h au terrain De Rochebelle 2 (3010, boulevard Hochelaga) lors de la fête de fin de saison locale
  - à partir du 8 septembre au bureau du club situé au centre sportif de Sainte-Foy (CSSF), du lundi au vendredi, de 11 h à 17 h
- Carte d'assurance maladie à présenter s'il s'agit de la première inscription au club
- Photo de passeport prise sur place (nouveaux joueurs seulement)
- Mode de paiement : chèque libellé à l'ordre du Club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy–Sillery

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

SOCCER CRSA INC. OLYMPIQUE CRSA (Secteur de Cap-Rouge et ville de Saint-Augustin-de-Desmaures) (Activités du)

- Renseignements : 418 877-5575, info@soccercrsa.ca
- Horaires publiés sur le site Internet de l'organisation (www.soccercrsa.ca)
- Inscription
  - sur le site Internet du club (www.soccercrsa.ca)
  - par la poste (C. P. 75045, succ. Cap-Rouge, Québec G1Y 3C6)
  - sur place (5080, rue Marius-Barbeau, stade Leclerc, CNDF, 2e étage, Saint-Augustin-de-Desmaures)

ASSOCIATION DE SOCCER DU MISTRAL LAURENTIEN (Activités de l')

- Renseignements : Marie-Noël Bourret, 418 977-7228
- Secteurs Laurentien (Champigny et Chauveau), de Val-Bélair, de Courcelette et ville de L'Ancienne-Lorette
- Programmes : www.mistrallaurentien.com; info@mistrallaurentien.com (voir les activités de l'hiver 2014)

STRETCHING ET TONUS

- Renseignements : Rest'Actif, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Chèque libellé à l'ordre de Rest'Actif (le poster avec le formulaire dûment rempli à l'adresse suivante : 14, route Kennedy, Lévis G6V 6C2)
- Forfait deux fois semaine : 50 $ pour le 2e cours

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3002	01	50 ans et +	Mar. 13 h 10 à 14 h 10	CCNB	2014-09-16	12 sem.	80 $
MUSC3002	02	50 ans et +	Mar. 14 h 20 à 15 h 20	CCNB	2014-09-16	12 sem.	80 $
MUSC3002	03	50 ans et +	Mer. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2014-09-17	12 sem.	80 $
MUSC3002	04	50 ans et +	Jeu. 13 h 10 à 14 h 10	CCNB	2014-09-18	12 sem.	80 $
MUSC3002	05	50 ans et +	Ven. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2014-09-19	12 sem.	80 $

HIVER

- Cours du 3 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3002	51	50 ans et +	Mar. 13 h 10 à 14 h 10	CCNB	2015-01-13	12 sem.	80 $
MUSC3002	52	50 ans et +	Mar. 14 h 20 à 15 h 20	CCNB	2015-01-13	12 sem.	80 $
MUSC3002	53	50 ans et +	Mer. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2015-01-14	12 sem.	80 $
MUSC3002	54	50 ans et +	Jeu. 13 h 10 à 14 h 10	CCNB	2015-01-15	12 sem.	80 $
MUSC3002	55	50 ans et +	Ven. 11 h 10 à 12 h 10	CCNB	2015-01-16	12 sem.	80 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

TAEKWONDO

ÉCOLE DE TAEKWONDO ITF DE LA CITADELLE (Activités de l')

- Responsable : Valérie Gingras-Précourt, 418 353-2410; www.ecoletkdcitadelle.com
- Dobok obligatoire à compter de la ceinture blanche I (vendu sur place au coût de 35 $)
- Protections pour le combat nécessaires à compter de la ceinture jaune (vendues sur place)
- Chèque libellé à l'ordre de l'école de TKD Citadelle (le poster avec le formulaire dûment rempli à l'adresse suivante : 2020, rue des Maires-Sharples, Québec G1T 1K4)

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3020	01	Initiation, 4 à 5 ans	Sam. 9 h à 9 h 30	ESM	2014-09-20	12 sem.	50 $
TAEK3020	02	Initiation, 3 à 5 ans, avec un parent	Mer. 16 h à 16 h 45	CCNB	2014-09-17	12 sem.	50 $/ 2 pers.
TAEK3012	01	Ceinture blanche I et II, 6 à 13 ans	Ven. 16 h à 17 h	CCNB	2014-09-19	12 sem.	70 $
TAEK3012	02*	Ceinture blanche I et II, 6 à 13 ans	Sam. 9 h 30 à 10 h 30	ESM	2014-09-20	12 sem.	70 $
TAEK3014	01	Ceinture jaune I et II, 6 à 13 ans	Ven. 17 h à 18 h 30	CCNB	2014-09-19	12 sem.	90 $
TAEK3014	02	Ceinture jaune I et II, 6 à 13 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h	ESM	2014-09-20	12 sem.	90 $
TAEK3016	01	Ceinture verte à rouge, 6 à 13 ans	Lun., mer. 17 h à 18 h 30	CCNB	2014-09-15	12 sem.	130 $

*Duo parent et enfant (rabais de 50 % accordé au parent qui s'inscrit avec son enfant)

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3020	51	Initiation, 4 à 5 ans	Sam. 9 h à 9 h 30	ESM	2015-01-10	12 sem.	50 $
TAEK3020	52	Initiation, 3 à 5 ans, avec un parent	Mer. 16 h à 16 h 45	CCNB	2015-01-07	12 sem.	50 $/ 2 pers.
TAEK3012	51	Ceinture blanche I et II, 6 à 13 ans	Ven. 16 h à 17 h	CCNB	2015-01-09	12 sem.	70 $
TAEK3012	52*	Ceinture blanche I et II, 6 à 13 ans	Sam. 9 h 30 à 10 h 30	ESM	2015-01-10	12 sem.	70 $
TAEK3014	51	Ceinture jaune I et II, 6 à 13 ans	Ven. 17 h à 18 h 30	CCNB	2015-01-09	12 sem.	90 $
TAEK3014	52	Ceinture jaune I et II, 6 à 13 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h	ESM	2015-01-10	12 sem.	90 $
TAEK3016	51	Ceinture verte à rouge, 6 à 13 ans	Lun., mer. 17 h à 18 h 30	CCNB	2015-01-05	12 sem.	130 $

*Duo parent et enfant (rabais de 50 % accordé au parent qui s'inscrit avec son enfant)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CLUB DE TAEKWONDO DE SAINTE-FOY (WTF) (Activités du)

- Responsable : Alain Bernier, 418 654-4079; www.tkd-ste-foy.com; informations@taekwondo-sainte-foy.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Endroit : école Saint-François (ESFR)
- Heures d'ouverture : lundi, mercredi et vendredi, de 18 h 30 à 19 h 15
- Coût de l'équipement en sus, dobok gratuit pour les débutants (ceinture blanche, enfants et adultes)
- Réduction de 50 % pour le 3e membre de la famille
- Examen de fin de session : de 15 $ à 20 $, taxes incluses
- Reprise à la suite d'un échec : 50 % du prix courant
- Horaire sujet à changement : www.tkd-ste-foy.com

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3001	01	Débutant, 6 à 12 ans	Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESY	2014-09-20	12 sem.	85 $
TAEK3001	02	Débutant, 6 à 12 ans	Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ECVC	2014-09-20	12 sem.	85 $
TAEK3002	01	Débutant et ceinture blanche I, 13 ans et +	Mar., jeu. 19 h 45 à 21 h	ESFR	2014-09-16	12 sem.	130 $
TAEK3003	01	Ceinture blanche I 6 à 12 ans	Sam. 9 h à 10 h 15	ECVC	2014-09-20	12 sem.	90 $
TAEK3004	01	Ceinture blanche II 6 à 12 ans	Mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 9 h à 10 h 15	END ESFR	2014-09-16	12 sem.	130 $
TAEK3005	01	Ceinture jaune et jaune I, 6 à 12 ans	Jeu. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 9 h à 10 h 15	ESFR END	2014-09-18	12 sem.	130 $
TAEK3006 TAEK3006	01 02	Ceinture jaune à verte I, 13 ans et +	Lun., mar., jeu. 19 h 45 à 21 h	ESFR	2014-09-15	12 sem.	155 $/ 3 soirs 130 $/ 2 soirs
TAEK3007	01	Ceinture jaune II et verte, 6 à 12 ans	Jeu. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	END ESFR	2014-09-18	12 sem.	130 $
TAEK3008	01[1]	Ceinture verte I et verte II, 9 à 12 ans	Mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESFR END	2014-09-16	12 sem.	130 $
TAEK3008	02[2]	Ceinture verte I et verte II, 9 à 12 ans	Lun., mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESFR END	2014-09-15	12 sem.	155 $
TAEK3009	01[1]	Ceinture bleue à noire 9 à 12 ans	Mer., ven. 18 h 30 à 19 h 45	ESFR	2014-09-17	12 sem.	130 $
TAEK3009	02[2]	Ceinture bleue à noire 9 à 12 ans	Lun., mer., ven. 18 h 30 à 19 h 45	ESFR	2014-09-15	12 sem.	155 $
TAEK3010 TAEK3010 TAEK3010	01 02 03	Ceinture bleue à noire 13 ans et +	Lun., ven. 19 h 45 à 21 h Mer. 20 h 15 à 21 h 30	ESFR	2014-09-15	12 sem.	155 $/ 3 soirs 130 $/ 2 soirs 105 $/ 1 soir

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3011	01	Compétition, relève Groupe 1 (avancé)	Sam. 13 h à 14 h	ESFR	2014-09-20	12 sem.	60 $
TAEK3011	02	Compétition, relève Groupe 2 (intermédiaire)	Sam. 14 h à 15 h	ESFR	2014-09-20	12 sem.	60 $

[1]Programme allongé, pas d'examen à la fin de la session

[2]Programme habituel, examen à la fin de la session

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAEK3001	51	Débutant, 6 à 12 ans	Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESY	2015-01-10	12 sem.	85 $
TAEK3001	52	Débutant, 6 à 12 ans	Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ECVC	2015-01-10	12 sem.	85 $
TAEK3002	51	Débutant et ceinture blanche I, 13 ans et +	Mar., jeu. 19 h 45 à 21 h	ESFR	2015-01-06	12 sem.	130 $
TAEK3003	51	Ceinture blanche I 6 à 12 ans	Sam. 9 h à 10 h 15	ECVC	2015-01-10	12 sem.	90 $
TAEK3004	51	Ceinture blanche II 6 à 12 ans	Mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 9 h à 10 h 15	END ESFR	2015-01-06	12 sem.	130 $
TAEK3005	51	Ceinture jaune et jaune I, 6 à 12 ans	Jeu. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 9 h à 10 h 15	ESFR END	2015-01-08	12 sem.	130 $
TAEK3006 TAEK3006	51 52	Ceinture jaune à verte I, 13 ans et +	Lun., mar., jeu. 19 h 45 à 21 h	ESFR	2015-01-05	12 sem.	155 $/ 3 soirs 130 $/ 2 soirs
TAEK3007	51	Ceinture jaune II et verte, 6 à 12 ans	Jeu. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	END ESFR	2015-01-08	12 sem.	130 $
TAEK3008	51[1]	Ceinture verte I et verte II, 9 à 12 ans	Mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESFR END	2015-01-06	12 sem.	130 $
TAEK3008	52[2]	Ceinture verte I et verte II , 9 à 12 ans	Lun., mar. 18 h 30 à 19 h 45 Sam. 10 h 15 à 11 h 30	ESF END	2015-01-05	12 sem.	155 $ R
TAEK3009	51[1]	Ceinture bleue à noire 9 à 12 ans	Mer., ven. 18 h 30 à 19 h 45	ESFR	2015-01-07	12 sem.	130 $
TAEK3009	52[2]	Ceinture bleue à noire 9 à 12 ans	Lun., mer., ven. 18 h 30 à 19 h 45	ESFR	2015-01-05	12 sem.	155 $
TAEK3010 TAEK3010 TAEK3010	51 52 53	Ceinture bleue à noire 13 ans et +	Lun., ven. 19 h 45 à 21 h Mer. 20 h 15 à 21 h 30	ESFR	2015-01-05	12 sem.	155 $/ 3 soirs 130 $/ 2 soirs 105 $/ 1 soir
TAEK3011	51	Compétition, relève Groupe 1 (avancé)	Sam. 13 h à 14 h	ESFR	2015-01-10	12 sem.	60 $
TAEK3011	52	Compétition, relève Groupe 2 (intermédiaire)	Sam. 14 h à 15 h	ESFR	2015-01-10	12 sem.	60 $

[1]Programme allongé, pas d'examen à la fin de la session

[2]Programme habituel, examen à la fin de la session

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

VOLLEY-BALL

- Renseignements : 418 641-6301, poste 3047
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Équipes constituées sur place

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3005	01	Intermédiaire	Mer. 20 h à 21 h 30	ESM	2014-09-17	12 sem.	39 $
VOLL3820	01	Intermédiaire à avancé	Jeu. 20 h 15 à 22 h 15	EGM	2014-09-18	12 sem.	52 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3005	51	Intermédiaire	Mer. 20 h à 21 h 30	ESM	2015-01-21	12 sem.	39 $
VOLL3820	51	Intermédiaire à avancé	Jeu. 20 h 15 à 22 h 15	EGM	2015-01-22	12 sem.	52 $

YOGA ET AUTRES ACTIVITÉS DE RELAXATION

CENTRE DE YOGA DE SAINTE-FOY (Activités du)

- Renseignements : 418 688-3003
- Présentation des professeurs, description et horaires de cours (www.yogasaintefoy.com)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou sur le site Internet du Centre de yoga (CY)
- Journées portes ouvertes : Centre de yoga les 8 et 9 septembre et les 5 et 6 janvier, de 14 h à 16 h et de 19 h à 21 h
- Professeurs : Francine Charron (1), Odette Rousseau (2), Robert Boudreault (3), Nicole Santerre (4), Anne Dauphinais (5), Marie-Annick Brai (6), Benoît Gauthier (7), Maude Deschênes-Pradet (8), Martine Quirion (9), Sylvie Robitaille (10), Mireille Martel (11), Renate Hildebrand (12)

GYMNASTIQUE ANTISTRESS

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AGYM3001	01	Adultes	Mar. 13 h 30 à 15 h	CY (1)	2014-09-16	12 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AGYM3001	51	Adultes	Mar. 13 h 30 à 15 h	CY (1)	2015-01-13	12 sem.	120 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

GYMNASTIQUE POSTURALE

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AGYM3002	01	Tous	Mar. 17 h 30 à 19 h	CY (1)	2014-09-16	12 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AGYM3002	51	Tous	Mar. 17 h 30 à 19 h	CY (1)	2015-01-13	12 sem.	120 $

HATHA YOGA

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3001	01	Débutant	Lun. 10 h à 11 h 30	CY (4)	2014-09-15	12 sem.	120 $
YOGA3001	02	Débutant	Lun. 17 h 30 à 19 h	CY (8)	2014-09-15	12 sem.	120 $
YOGA3001	03	Débutant	Mar. 10 h à 11 h 30	CY (10)	2014-09-16	12 sem.	120 $
YOGA3001	04	Débutant	Mar. 17 h 45 à 19 h 15	CY (4)	2014-09-16	12 sem.	120 $
YOGA3001	05	Débutant	Jeu. 17 h 30 à 19 h	CY (8)	2014-09-18	12 sem.	120 $
YOGA3002	01	Intermédiaire	Mar. 19 h 30 à 21 h	CY (4)	2014-09-16	12 sem.	120 $
YOGA3002	02	Intermédiaire, Sivananda	Jeu. 19 h 15 à 21 h	CY (8)	2014-09-18	12 sem.	120 $
YOGA3002	03	Intermédiaire	Mer. 19 h 30 à 21 h	CY (4)	2014-09-17	12 sem.	120 $
YOGA3002	04	Intermédiaire, niveau 2	Mer. 17 h 45 à 19 h 15	CY (4)	2014-09-18	12 sem.	120 $
YOGA3003	01	Avancé	Lun. 19 h 15 à 21 h	CY (8)	2014-09-15	12 sem.	120 $
YOGA3003	02	Avancé	Jeu. 13 h 30 à 15 h 15	CY*	2014-09-18	12 sem.	120 $
YOGA3003	03	Multi-niveaux	Mer. 17 h 30 à 19 h	CY (4)	2014-09-17	12 sem.	120 $

*À déterminer

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3001	51	Débutant	Lun. 10 h à 11 h 30	CY (4)	2015-01-12	12 sem.	120 $
YOGA3001	52	Débutant	Lun. 17 h 30 à 19 h	CY (8)	2015-01-12	12 sem.	120 $
YOGA3001	53	Débutant	Mar. 10 h à 11 h 30	CY (10)	2015-01-13	12 sem.	120 $
YOGA3001	54	Débutant	Mar. 17 h 45 à 19 h 15	CY (4)	2015-01-13	12 sem.	120 $
YOGA3001	55	Débutant	Jeu. 17 h 30 à 19 h	CY (8)	2015-01-15	12 sem.	120 $
YOGA3001	56	Intermédiaire	Mar. 19 h 30 à 21 h	CY (4)	2015-01-13	12 sem.	120 $
YOGA3001	57	Intermédiaire, Sivananda	Jeu. 19 h 15 à 21 h	CY (8)	2015-01-15	12 sem.	120 $
YOGA3001	58	Intermédiaire	Mer. 19 h 30 à 21 h	CY (4)	2015-01-14	12 sem.	120 $
YOGA3002	51	Intermédiaire, niveau 2	Mer. 17 h 45 à 19 h 15	CY (4)	2015-01-14	12 sem.	120 $
YOGA3002	52	Avancé	Lun. 19 h 15 à 21 h	CY (8)	2015-01-12	12 sem.	120 $
YOGA3002	53	Avancé	Jeu. 13 h 30 à 15 h 15	CY*	2015-01-15	12 sem.	120 $
YOGA3002	54	Multi-niveaux	Mer. 17 h 30 à 19 h	CY (4)	2015-01-14	12 sem.	120 $

*À déterminer

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

LECTURE (Ateliers de)

- 4 ateliers : 16 septembre, 7 octobre, 28 octobre et 25 novembre

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LECT3001	01	Tous	Mar. 19 h à 20 h 30	CY (12)	2014-09-16	4 ateliers	Gratuit

MÉDITATION (Cercle de)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MEDI3003	01	Adultes	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CY (7)	2014-09-25	11 sem.	Gratuit

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MEDI3003	51	Adultes	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CY (7)	2015-01-22	11 sem.	Gratuit

MÉDITATION (Cours de)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MEDI3001	01	Tous, débutant	Mer. 19 h 30 à 20 h 30	CY (7)	2014-10-01	9 sem.	95 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MEDI3001	51	Tous, débutant	Mer. 19 h 30 à 20 h 30	CY (7)	2015-02-04	9 sem.	95 $

PILATES

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3004	01	Débutant	Lun. 19 h 15 à 20 h 15	CY(5)	2014-09-15	12 sem.	120 $
MUSC3004	02	Intermédiaire*	Mer. 19 h 30 à 20 h 30	CY(5)	2014-09-17	12 sem.	120 $

*Préalable : cours de niveau débutant

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3004	51	Débutant	Lun. 19 h 15 à 20 h 15	CY(5)	2015-01-12	12 sem.	120 $
MUSC3004	52	Intermédiaire*	Mer. 19 h 30 à 20 h 30	CY(5)	2015-01-14	12 sem.	120 $

*Préalable : cours de niveau débutant

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

YOGALATES

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3005	01	Tous	Sam. 9 h à 10 h	CY (5)	2014-09-20	12 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3005	51	Tous	Sam. 9 h à 10 h	CY (5)	2015-01-17	12 sem.	120 $

QI GONG

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
QIGO3001	01	Intermédiaire	Mar. 10 h à 11 h 30	CY (3)	2014-09-16	12 sem.	120 $
QIGO3001	02	Débutant	Mar. 13 h 30 à 15 h	CY (3)	2014-09-16	12 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
QIGO3001	51	Intermédiaire	Mar. 10 h à 11 h 30	CY (3)	2015-01-13	12 sem.	120 $
QIGO3001	52	Débutant	Mar. 13 h 30 à 15 h	CY(3)	2015-01-13	12 sem.	120 $

STRETCHING GLOBAL

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3007	01	Tous	Mar. 19 h 30 à 21 h	CY (1)	2014-09-30	10 sem.	120 $
YOGA3007	02	Tous	Jeu. 17 h 30 à 19 h	CY (1)	2014-10-02	10 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3007	51	Tous	Mar. 19 h 30 à 21 h	CY (1)	2015-01-27	10 sem.	120 $
YOGA3007	52	Tous	Jeu. 17 h 30 à 19 h	CY (1)	2015-01-29	10 sem.	120 $

TAÏ-CHI

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAIC3001	01	Débutant	Lun. 10 h à 11 h 30	CY (3)	2014-09-15	12 sem.	120 $
TAIC3001	02	Débutant	Mer. 19 h 15 à 20 h 45	CLST (3)	2014-09-17	12 sem.	120 $
TAIC3004	01	Avancé	Mer. 13 h 30 à 15 h	CY (3)	2014-09-17	12 sem.	120 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAIC3001-51	51	Débutant	Lun. 10 h à 11 h 30	CY (3)	2015-01-12	12 sem.	110 $
TAIC3001-52	52	Débutant	Mer. 19 h 15 à 20 h 45	CLST (3)	2015-01-14	12 sem.	120 $
TAIC3004-51	51	Avancé	Mer. 13 h 30 à 15 h	CY (3)	2015-01-14	12 sem.	120 $

YOGA CHINOIS, ÉGYPTIEN ET INTÉGRAL

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3010	01	Chinois et égyptien, débutant	Mer. 12 h à 13 h 30	CY (6)	2014-09-17	12 sem.	120 $
YOGA3010	02	Chinois et égyptien, intermédiaire	Mer. 13 h 45 à 15 h 15	CY (6)	2014-09-17	12 sem.	120 $
YOGA3010	03	Chinois et égyptien, avancé	Mer. 17 h 30 à 19 h 15	CY (6)	2014-09-17	12 sem.	120 $
YOGA3010	04	Intégral, débutant	Jeu. 12 h à 13 h 30	CY (2)	2014-09-18	12 sem.	120 $
YOGA3010	05	Intégral, intermédiaire	Lun. 13 h 30 à 15 h	CY (2)	2014-09-15	12 sem.	120 $
YOGA3010	06	Intégral, intermédiaire	Lun. 17 h 30 à 19 h	CY (2)	2014-09-15	12 sem.	120 $
YOGA3010	07	Intégral, intermédiaire	Jeu. 19 h 15 à 20 h 45	CY (2)	2014-09-18	12 sem.	120 $
YOGA3010	08	Intégral, intermédiaire	Sam. 10 h 45 à 12 h 15	CY (2)	2014-09-20	12 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3010	51	Chinois et égyptien, débutant	Mer. 12 h à 13 h 30	CY (6)	2015-01-14	12 sem.	120 $
YOGA3010	52	Chinois et égyptien, intermédiaire	Mer. 13 h 45 à 15 h 15	CY (6)	2015-01-14	12 sem.	120 $
YOGA3010	53	Chinois et égyptien, avancé	Mer. 17 h 30 à 19 h 15	CY (6)	2015-01-14	12 sem.	120 $
YOGA3010	54	Intégral, débutant	Jeu. 12 h à 13 h 30	CY (2)	2015-01-15	12 sem.	120 $
YOGA3010	55	Intégral, intermédiaire	Lun. 13 h 30 à 15 h	CY (2)	2015-01-12	12 sem.	120 $
YOGA3010	56	Intégral, intermédiaire	Lun. 17 h 30 à 19 h	CY (2)	2015-01-12	12 sem.	120 $
YOGA3010	57	Intégral, intermédiaire	Jeu. 19 h 15 à 20 h 45	CY (2)	2015-01-15	12 sem.	120 $
YOGA3010	58	Intégral, intermédiaire	Sam. 10 h 45 à 12 h 15	CY (2)	2015-01-17	12 sem.	120 $

YOGA BALLE (Automassage)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3015	01	Tous	Mar. 19 h 30 à 21 h	CLST (11)	2014-09-16	8 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3015	51	Tous	Mar. 19 h 30 à 21 h	CLST (11)	2015-01-13	8 sem.	120 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

YOGA DE LA MARCHE (Marcher autrement)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3013	01	Tous	Jeu. 13 h 30 à 15 h	CY (10)	2014-09-18	8 sem.	100 $

YOGA POUR ENFANTS

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3008	01	6 à 12 ans	Sam. 10 h 45 à 11 h 45	CY (4)	2014-09-20	8 sem.	80 $

YOGA RELAXATION

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
RELX3001	01	Tous	Lun. 13 h 30 à 15 h	CY (4)	2014-09-15	12 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
RELX3001	51	Tous	Lun. 13 h 30 à 15 h	CY (4)	2015-01-12	12 sem.	120 $

YOGA TONIQUE ET ATHLÉTIQUE

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3005	01	Tous	Mar. 17 h 45 à 19 h 15	CLST (11)	2014-09-16	12 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3005	51	Tous	Mar. 17 h 45 à 19 h 15	CLST (11)	2015-01-13	12 sem.	120 $

YOGA TAOÏSTE

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3006	01	Tous	Sam. 9 h à 10 h 30	CY (9)	2014-09-20	12 sem.	120 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3006	51	Tous	Sam. 9 h à 10 h 30	CY (9)	2015-01-17	12 sem.	120 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ZUMBA GOLD

- Renseignements : Rest'Actif, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Chèque libellé à l'ordre de Rest'Actif (le poster avec le formulaire dûment rempli à l'adresse suivante : 14, route Kennedy, Lévis G6V 6C2)

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3014	01	50 ans et +	Jeu. 14 h 20 à 15 h 20	CCNB	2014-09-18	12 sem.	80 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3014	51	50 ans et +	Jeu. 14 h 20 à 15 h 20	CCNB	2015-01-15	12 sem.	80 $

ACTIVITÉS LIBRES

Base de plein air de Sainte-Foy (BPASF)

- Accès via l'autoroute Duplessis et la rue Laberge ou encore via l'autoroute Félix-Leclerc, puis la sortie Blaise-Pascal
- Renseignements : 418 641-6282

De la mi-décembre à la mi-mars de 9 h à 16 h, la base de plein air vous propose un programme d'activités variées, si les conditions climatiques le permettent. L'entrée est libre.

Activités seul ou dans un groupe de moins de 20 personnes

- Observation d'oiseaux et randonnées pédestres
  - Un sentier de 2,2 km vous permet d'observer plusieurs espèces d'oiseaux. Des tables et des bancs le jalonnent. Des grains pour nourrir les oiseaux sont mis à votre disposition gratuitement.
- Glissade
- Trottinette des neiges
- Raquette
- Ski de fond
  - Près de 5 km de piste dès que le couvert de neige est suffisant

Coûts

- Accès aux sentiers de marche, aux pistes de raquette ainsi qu'aux glissoires de faible niveau : gratuit

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

- Accès aux pistes de ski de fond

	PAR JOUR	POUR LA SAISON
12 ans et moins	Gratuit	Gratuit
De 13 à 17 ans ou étudiant	3 $	31 $
18 ans et plus	4 $	51 $
Famille	(---)	82 $

- Location de l'équipement

		PAR JOUR
Ski de fond	Équipement complet	6 $
	Pièces d'équipement, skis ou bottes	4 $
	Bâtons	1,50 $

	POUR 2 H
Traîneau à ski	6 $
Raquettes	4 $
Trottinette des neiges	4 $
Chambre à air	4 $

Activités en groupe de 20 personnes ou plus

- Les groupes de 20 personnes ou plus venant des milieux scolaire ou communautaire bénéficient d'un forfait. Du lundi au vendredi, moyennant 7 $ chacune pour une journée ou 5 $ chacune pour une demi-journée, celles-ci pourront s'adonner à leurs activités préférées (ski, trottinette des neiges, raquette et glissade). Il leur faut toutefois résider à Québec, à L'Ancienne-Lorette ou à Saint-Augustin-de-Desmaures pour bénéficier du rabais. Les personnes qui viennent d'ailleurs auront, quant à elles, à débourser 10,50 $ chacune pour une journée ou 7 $ chacune pour une demi-journée d'activités.
- Réservation : 418 641-6282, assc.bpa@ville.quebec.qc.ca

Activités spéciales

- Promenades en carriole gratuites, de 10 h 30 à 15 h
  - Samedi 24 janvier
  - Samedi 14 février
  - Dimanche 1er mars
  - Elles ont lieu si les conditions climatiques le permettent.
- Cardio plein air
  - www.cardiopleinair.ca
- Les Primitifs
  - www.lesprimitifs.com

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Boisé des Compagnons-de-Cartier

État des pistes : 418 641-6300

L'Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge offre, en collaboration avec la Commission de la capitale nationale du Québec, un accès gratuit à un magnifique sentier de ski de fond de 2 km, qui parcourt le boisé des Compagnons-de-Cartier. Les pistes ne sont pas parcourues par une patrouille de surveillance. Soyez prudents!

L'entretien des pistes ne s'effectue qu'après d'importantes accumulations de neige.

Départ

Intersection du chemin des Quatre-Bourgeois et de l'avenue des Compagnons, derrière le collège des Compagnons

Centre de glisse Myrand (CGM)

- Renseignements : 418 688-3046
- Ouverture du centre de glisse : du 20 décembre au 29 mars, si les conditions climatiques le permettent
- Présence d'un adulte obligatoire avec un enfant de 11 ans ou moins
- Réservation : dès maintenant, et ce, jusqu'au 30 novembre : 418 641-6638

	SAISON (HORAIRE HABITUEL, DU 6 JANVIER À LA FERMETURE)	FÊTES* (DU 20 DÉCEMBRE AU 5 JANVIER) RELÂCHE SCOLAIRE (DU 2 AU 6 MARS)
Glissoires		
Lundi, mardi, mercredi et jeudi	Fermées	de 10 h à 17 h (fermées le 25 décembre et le 1er janvier)
Vendredi	de 13 h à 21 h	de 10 h à 21 h
Samedi	de 10 h à 21 h	de 10 h à 21 h
Dimanche	de 10 h à 17 h	de 10 h à 17 h
Patinoire avec bande*		
Du lundi au vendredi	de 16 h 30 à 22 h	de 10 h à 22 h (ouverte jusqu'à 16 h les 24 et 31 décembre et fermée les 25 décembre et 1er janvier)
Samedi et dimanche	de 10 h à 22 h	

*L'horaire peut varier.

Coûts

Les personnes résidant à l'extérieur de Québec doivent payer 50 % de plus que les prix indiqués.

GLISSADE SUR CHAMBRE À AIR	TARIF FAMILIAL	TARIF INDIVIDUEL	TARIF DE GROUPE 20 PERSONNES ET +[1]	TARIF DE GROUPE SCOLAIRE[1]
14 ans et moins			3 $	3 $
- 1er enfant	4 $	4 $		
- enfants suivants	3 $	4 $		
De 15 ans à 17 ans			4 $	4 $
- 1er enfant	4 $	5 $		
- enfants suivants	3 $	5 $		
18 ans et plus	6 $	9 $	6 $	
Accompagnateur (1 gratuit/15 enfants)				4 $

[1]Réservation nécessaire

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

GLISSADE SUR SOUCOUPE

Gratuit pendant les heures habituelles
Les tarifs accordés aux groupes en dehors de l'horaire habituel sont indiqués à la page précédente.

PATINAGE

Gratuit

- Les enfants de 11 ans et moins doivent obligatoirement être accompagnés d'un adulte.
- La grandeur minimale pour glisser sur une chambre à air est de 1,10 m, peu importe l'âge

Pistes de ski de fond de Cap-Rouge

- Renseignements : 418 641-6282

Le réseau de ski de fond de Cap-Rouge compte une douzaine de kilomètres (de niveaux débutant et intermédiaire). Les pistes sont tracées en simple sur toute leur longueur. Elles ne sont pas parcourues par une patrouille de surveillance. Soyez prudents! L'entrée et le stationnement sont gratuits.

Accueil, départ et stationnement

- Secteur du Golf, pistes n^{os} 1, 2 et 3, club de golf de Cap-Rouge, 4600, rue Saint-Félix
- Secteur du Plateau, pistes n^{os} 4, 5 et 6, chalet du parc du Plateau, 4575, rue de la Promenade-des-Sœurs

Courts de tennis

Secteurs de Sainte-Foy, de Cap-Rouge, de Champigny et de Chauveau

- Renseignements : 418 641-6638
- Pratique libre, tous les jours de 7 h à 22 h jusqu'à la fin septembre dans tous les parcs, s'il n'y a pas de cours et si les conditions climatiques le permettent
- Entrée libre

Secteur de Sillery

- Renseignements : 418 684-2128
- Tous les jours de 7 h à 22 h (sauf lors de cours ou de tournois) jusqu'à la mi-octobre, et ce, dans les quatre parcs du secteur
- Abonnement et réservation nécessaires

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Gymnases

- Réservation : 418 641-6638
- Possibilité de louer différents gymnases auprès de la commission scolaire des Découvreurs
- Début : fin septembre
- Horaire : en fonction de la disponibilité des gymnases
- Coûts
  - gymnase simple : 35 $ l'heure (taxes incluses)
  - gymnase double : 65 $ l'heure (taxes incluses)

Parc de la Plage-Jacques-Cartier (PPJC)

- Renseignements : 418 641-6300, touches 1, 3, 4; www.ville.quebec.qc.ca
- Possibilité de faire de la randonnée pédestre, d'observer les oiseaux, de relaxer et de s'entraîner, même en hiver
- Entrée libre

Heures d'ouverture

- Centre de services
  - Du 23 juin au 1er septembre, de 8 h à 23 h
  - Du 2 septembre au 31 octobre, de 8 h à 20 h
- Services sanitaires du secteur de Cap-Rouge (parc nautique)
  - Du 1er novembre au 1er mai, de 8 h à 16 h

Accès au parc

- Via le secteur de Cap-Rouge (4155, chemin de la Plage-Jacques-Cartier) toute l'année
- Via le secteur de Sainte-Foy (3636, chemin du Pavillon) le printemps, l'été et l'automne (jusqu'au 31 octobre)

Stationnement

- Secteur de Cap-Rouge
  - sous le pont ferroviaire (en face du parc Jean-Déry)
  - au parc nautique de Cap-Rouge (PNCR)
  - au parc Provancher (PP)
  - près de l'église Saint-Félix de Cap-Rouge
- Secteur de Sainte-Foy
  - 3636, chemin du Pavillon

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

- Circuit vitalité
  - Circuit d'entraînement physique axé sur l'utilisation du mobilier urbain du parc
  - Dix affiches illustrant les exercices pouvant être effectués et les étirements appropriés
  - Non déneigé l'hiver

PATINOIRES EXTÉRIEURES

Anneau Gaétan-Boucher (AGB)

- Renseignements : 418 641-6300

Le dimanche 9 novembre, si les conditions climatiques le permettent, les adeptes du patinage pourront entreprendre leur saison hivernale à l'anneau Gaétan-Boucher. L'anneau peut accueillir de nombreux patineurs, sa superficie étant de 12 m de largeur sur 400 m de longueur. La dernière journée de patinage devrait être le dimanche 8 mars.

Services et équipements

- Les services et les équipements sont adaptés aux besoins des patineurs :
  - système d'éclairage pour le patinage en soirée;
  - système de sonorisation pour agrémenter les séances de patinage;
  - salle d'accueil;
  - salle de séjour pour les patineurs et les visiteurs;
  - casse-croûte.

Entrée libre

PATINAGE LIBRE*	
Lundi	12 h à 14 h 30 et 19 h à 22 h
Du mardi au vendredi	12 h à 15 h 30 et 19 h à 22 h
Samedi et dimanche	13 h à 16 h 30 et 19 h à 22 h

Annulation des séances :

- 14 novembre de 19 h à 20 h
- 15 et 16 novembre de 13 h à 16 h 30

*D'autres annulations pourraient s'ajouter en raison de compétitions ou de mauvaises conditions climatiques. Il est donc préférable d'appeler avant de vous déplacer pour connaître les dates où l'anneau n'est pas accessible au grand public.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

PATINOIRES DE QUARTIER

- Renseignements généraux : 418 641-6300 (messages enregistrés)
- Réservation : 418 641-6638

Chacun des quartiers de l'arrondissement a sa patinoire extérieure. L'entrée est libre.

PATINAGE LIBRE*	
Du lundi au vendredi	16 h à 22 h
Samedi et dimanche	10 h à 22 h

*Ces heures peuvent changer.

Des périodes sont aussi réservées au hockey libre. L'horaire est affiché dans chacun des centres de service. Notez qu'il est possible de louer une patinoire en dehors de ces heures.

Adresses et numéros de téléphone

Le surveillant peut se trouver à l'extérieur au moment de votre appel.

- Centre de glisse Myrand, 2150, avenue Chapdelaine (une patinoire avec bande) 418 688-3046
- Parc de Bélair, 3110, avenue Notre-Dame (une patinoire avec bande) 418 877-2142
- Parc Claude-Germain, 200, rue Huot (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 877-6832
- Parc de la Chaudière, 961, boulevard de la Chaudière (une patinoire avec bande)
- Parc de la Falaise, 1615, côte à Gignac (une patinoire avec bande) 418 684-2132
- Parc des Écores, 4001, rue Charles-A.-Roy (une patinoire sans bande) 418 650-7778
- Parc des Primevères, 1459, rue Félix-Antoine-Savard (une patinoire avec bande et un petit anneau de glace) 418 877-2201
- Parc des Sources, 1140, rue du Capitaine-Bernier (une patinoire avec bande et un anneau de glace) 418 877-2577
- Parc des Trois-Saisons, 1405, rue Buffon (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 877-2187
- Parc Du Buisson, 2140, rue Marie-Victorin (un anneau de glace) 418 684-2129
- Parc du Plateau, 4575, rue de la Promenade-des-Sœurs (une patinoire avec bande et un anneau de glace) 418 650-7783
- Parc Fénelon, 1260, rue Fénelon (une patinoire avec bande) 418 877-2169
- Parc Le May, 1455, rue Le May (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 877-6375
- Parc Notre-Dame-de-Foy, 771, rue Jacques-Berthiaume (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4287
- Parc Provancher, 4170, rue Michel-Hervé (une patinoire avec bande) 418 650-7775

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

- Parc Raymond-De Rosa, 3224, rue Armand-Hamelin (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4088
- Parc Ross, 1290, avenue Ernest-Lavigne (une patinoire avec bande) 418 684-2133
- Parc Saint-Ange, 1545, rang Saint-Ange (une patinoire avec bande) 418 877-2154
- Parc Saint-Benoît, 3454, rue Rochambeau (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4305
- Parc Saint-Charles-Garnier, 1730, rue Sheppard (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 684-2181
- Parc Saint-Denys, 2770, rue de la Picardie (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4302
- Parc Sainte-Geneviève, 3200, avenue D'Amours (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 641-6301, poste 4078
- Parc Saint-Jean-Baptiste-De La Salle, 2608, rue Biencourt (une patinoire avec bande) 418 654-4687
- Parc Saint-Louis-de-France, 1591, rue du Sieur-D'Argenteuil (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4668
- Parc Saint-Mathieu, 1000, rue de Bar-le-Duc (une patinoire avec bande) 418 654-4304
- Parc Saint-Yves, 2530, rue Anthony-Law (deux patinoires, l'une avec bande, l'autre sans bande) 418 654-4290

PATINOIRES INTÉRIEURES

Renseignements : 418 641-6300 (messages enregistrés)

Aréna Jacques-Côté (AJC)

Patinage libre

- Horaire
  - Du 27 septembre au 11 avril, de 14 h 30 à 15 h 30
- Séance du 10 janvier annulée
- Entrée libre

Centre sportif de Sainte-Foy (patinoire Roland-Couillard) (CSSF)

Patinage libre

- Horaire* du 21 septembre au 12 avril
  - Du lundi au vendredi, de 13 h 15 à 14 h 45
  - Dimanche, de 13 h 30 à 15 h

*L'horaire peut varier en fonction des disponibilités offertes par la commission scolaire des Découvreurs.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

- La patinoire sera fermée les jours suivants :
  - 4, 5, 7 décembre
  - 8, 9, 11, 29 et 30 janvier
  - 1er février
  - 29 mars
- Entrée libre

Attention!

La Régie de la sécurité dans les sports du Québec recommande aux adeptes du hockey libre de porter le casque protecteur muni d'un protecteur facial ainsi que le protège-cou quand ils pratiquent ce sport.

Elle conseille également aux patineurs de porter un casque protecteur.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Activités artistiques, culturelles et communautaires

AIDE À L'ARTISTE CAROUGEOIS (Activités de la Fondation d')

La Fondation d'aide aux jeunes artistes est un organisme sans but lucratif dont l'objectif est d'encourager l'excellence chez les jeunes artistes non professionnels de l'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge. La fondation offre un appui financier pour les aider à poursuivre leur formation et à acquérir une reconnaissance sur les plans local, régional, provincial ou national.

Le conseil d'administration octroie des bourses une fois par année, en avril.

Pour être admissible, l'artiste doit :

- résider dans l'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge depuis au moins deux ans;
- remettre à la fondation, dans les délais indiqués, le formulaire de demande de bourses dûment rempli;
- remettre un curriculum vitae résumant son expérience et ses compétences dans le domaine artistique.

Vous pouvez vous procurer le formulaire au centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR) ou sur le www.facebook.com/aideartistes

ALLEMAND (Conversation)

DSQ École allemande de Québec

- Renseignements : 418 687-6601; www.ecolesallemandes.org/quebec
- Inscription : sur place, les 13 septembre et 17 janvier, ou sur le site Internet de l'école (www.ecolesallemandes.org/quebec), un mois avant le début des cours
- Chèque libellé à l'ordre de DSQ école allemande de Québec

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3026	01	Adultes Étudiants	Sam. 9 h 30 à 12 h	CCNB	2014-09-20	15 sem.	245 $ 205 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3026	51	Adultes Étudiants	Sam. 9 h 30 à 12 h	CCNB	2015-01-24	15 sem.	245 $ 205 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AQUARELLE, HUILE ET ACRYLIQUE

Les Ateliers T. Pacheco

- Renseignements et inscription : Teresa Pacheco, 418 651-8140; t.pacheco.roy@videotron.ca
- Chèque libellé à l'ordre de Teresa Pacheco et déposé au centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)
- Coût du matériel en sus

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3006	01	Débutant et initié	Mar. 13 h à 16 h	CCNB	2014-09-09	14 sem.	252 $
PEIN3006	02	Débutant et initié	Mer. 19 h à 22 h	CCNB	2014-09-10	14 sem.	252 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3006	51	Débutant et initié	Mar. 13 h à 16 h	CCNB	2015-01-06	10 sem.	180 $
PEIN3006	52	Débutant et initié	Mer. 19 h à 22 h	CCNB	2015-01-07	10 sem.	180 $

Artisanes au fil du temps (Les)

- Renseignements : Claudette Boily, 418 657-5909; 418 641-6413, poste 3877; lesartisanesaufildutemps@gmail.com
- Activités socioculturelles et artisanales : ateliers, cours, conférences et sorties
- Début des activités : 9 septembre à 19 h 30
- Rencontre mensuelle : le 2e mardi du mois, à la « salle du conseil » du centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Adhésion : 20 $ par an

ARTS TEXTILES

CENTRE D'ART TEXTILE LA MAISON ROUTHIER (Activités du)

- Renseignements : 418 654-4296; info@lamaisonrouthier.com
- Inscription : sur place de 10 h à 16 h, de septembre à mai ou par la poste
- Chèque libellé à l'ordre de La Maison Routhier
- Journées portes ouvertes les 6 et 7 septembre, de 13 h à 17 h
- Expo-vente de Noël les 22, 23 et 24 novembre, de 13 h à 17 h
- Exposition des membres les 24, 25 et 26 avril, de 13 h à 17 h, à la bibliothèque Charles-H.-Blais (BCHB)
- Ateliers-rencontres sur le tissage, le feutre, le tricot, le fléché et les couleurs adaptées aux textiles à compter de septembre

Les montants indiqués entre parenthèses sont ceux que doivent payer les personnes résidant à l'extérieur de Québec.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

BRODERIE BLANCHE (Richelieu, Colbert, Renaissance)

- Responsable : Cécile Beauchemin
- Cours du 13 octobre annulé

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Lun. 13 h à 16 h	CCCA	2014-09-15	10 cours	125 $ (187,50 $)

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Lun. 13 h à 16 h	CCCA	2015-01-12	10 cours	125 $ (187,50 $)

BRODERIE HARDANGER (Norvégienne)

- Responsable : Cécile Beauchemin

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Mar. 9 h à 12 h	CCCA	2014-09-16	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h (groupe A)	CCCA CCCA CCCA CCCA	2014-09-13 2014-10-04 2014-11-01 2014-11-22	4 cours	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h (groupe B)	CCCA CCCA CCCA CCCA	2014-09-27 2014-10-25 2014-11-15 2014-12-13	4 cours	125 $ (187,50 $)

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Mar. 9 h à 12 h	CCCA	2015-01-13	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h (groupe A)	CCCA CCCA CCCA CCCA	2015-01-10 2015-01-31 2015-02-21 2015-03-14	4 cours	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h (groupe B)	CCCA CCCA CCCA CCCA	2015-01-24 2015-02-14 2015-03-07 2015-03-28	4 cours	125 $ (187,50 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

BRODERIE MULTICOLORE

- Responsable : Cécile Beauchemin
- Points variés

AUTOMNE

- Cours du 8 octobre annulé

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Mer. 19 h à 22 h	CCCA	2014-09-17	10 sem.	125 $ (187,50 $)

HIVER

- Cours des 11 février et 11 mars annulés

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Mer. 19 h à 22 h	CCCA	2015-01-21	10 sem.	125 $ (187,50 $)

BRODERIE FINITION

- Responsable : Cécile Beauchemin
- Bordures, jours, bord de dentelle, etc.

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h	CCCA CCCA CCCA CCCA	2014-09-20 2014-10-18 2014-11-08 2014-12-06	4 cours	125 $ (187,50 $)

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Sam. 9 h à 17 h	CCCA CCCA CCCA CCCA	2015-01-17 2015-02-07 2015-02-28 2015-03-21	4 cours	125 $ (187,50 $)

CHAPELLERIE

- Responsable : Mireille Racine
- Chapeaux cousus, conception et confection

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Dim. 9 h à 17 h	MR MR	2015-02-08 2015-02-22	2 cours	75 $ (112,50 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CHAPELLERIE

- Responsable : Mireille Racine
- Moulage, feutre et paille

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Sam. ou dim. 9 h à 17 h	MR MR MR	2015-03-14 2015-03-15 2015-03-29	3 cours	135 $ (202,50 $)

COULEUR

- Responsable : Antoinette Roy
- Démystification du cercle chromatique

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes	Mar., mer. 9 h à 16 h	CCCA CCCA	2014-10-28 2014-10-29	2 cours	65 $ (97,50 $)

COULEUR

- Responsable : Antoinette Roy
- Démystification des valeurs de gris

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes	Mar., mer. 9 h à 16 h	MR MR	2014-11-25 2014-11-26	2 cours	65 $ (97,50 $)

COULEUR

- Responsable : Antoinette Roy
- Rayure statique, dynamique

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes	Sam., dim. 9 h à 16 h	MR MR	2014-11-08 2014-11-09	2 cours	65 $ (97,50 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

COURTEPOINTE

- Responsable : Carmen Lefebvre
- Appliqués

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes	Sam. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2014-09-27 2014-10-04 2014-10-25 2014-11-29	4 cours	125 $ (187,50 $)

COURTEPOINTE

- Responsable : Carmen Lefebvre
- Couture sur papier ou *paper piercing*

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Sam. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2015-01-10 2015-01-31 2015-02-28 2015-04-11	4 cours	125 $ (187,50 $)

COURTEPOINTE

- Responsable : Carmen Lefebvre
- Grande courtepointe

AUTOMNE ET HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Dim. 9 h à 17 h	MR MR MR MR MR MR MR MR	2014-09-28 2014-10-05 2014-10-26 2014-11-30 2015-01-11 2015-02-01 2015-03-01 2015-04-12	8 cours	250 $ (375 $)

COURTEPOINTE (Petites pièces 1)

- Responsable : Jocelyne Forget

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Dim. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2014-09-21 2014-10-19 2014-11-09 2014-12-14	4 cours	125 $ (187,50 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

COURTEPOINTE (Petites pièces 2)

- Responsable : Jocelyne Forget

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Dim. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2015-01-18 2015-02-08 2015-03-08 2015-04-19	4 cours	125 $ (187,50 $)

COUTURE

- Responsables : Monique Boutin (1) et Suzanne Bolduc (2)

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé (1)	Lun. 19 h à 22 h	MR	2014-09-08	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Mer. 13 h à 16 h	MR	2014-09-17	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 13 h à 16 h	MR	2014-09-18	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 19 h à 22 h	MR	2014-09-18	10 sem.	125 $ (187,50 $)

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé (1)	Lun. 19 h à 22 h	MR	2015-01-12	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Mer. 13 h à 16 h	MR	2015-01-14	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 13 h à 16 h	MR	2015-01-15	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 19 h à 22 h	MR	2015-01-15	10 sem.	125 $ (187,50 $)

CROCHET

- Responsable : Lisette Gosselin

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Lun. 13 h à 16 h	MR	2014-09-08	10 sem.	125 $ (187,50 $)

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé	Lun. 13 h à 16 h	MR	2015-01-05	10 sem.	125 $ (187,50 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

FEUTRE

- Responsable : Lucie Gingras

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, niveau 1, débutant	Sam. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2014-10-04 2014-10-18 2014-11-01 2014-11-15	4 cours	125 $ (187,50 $)

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, niveau 1, débutant	Lun. 13 h à 16 h	MR MR MR MR	2015-01-24 2015-02-07 2015-02-21 2015-02-28	4 cours	125 $ (187,50 $)

FILAGE (Initiation au)

- Responsable : Corinne Milan

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Sam. 9 h à 16 h	MR MR	2014-10-11 2014-11-08	2 cours	65 $ (97,50 $)

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Sam. 9 h à 16 h	MR MR	2015-02-14 2015-03-21	2 cours	65 $ (97,50 $)

FLÉCHÉ

- Responsables : Yvette Michelin (1) et Lucie Gingras (2)

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, niveau I (1)	Mer. 19 h à 21 h 30	CCCA	2014-09-17	10 sem.	160 $ (240 $)
Adultes, niveau I (1)	Mar. 9 h 30 à 12 h	MR	2014-09-16	10 sem.	160 $ (240 $)
Adultes, niveau II (2)	Mer. 9 h 30 à 12 h	MR	2014-09-17	10 sem.	160 $ (240 $)
Adultes, niveau III (1)	Lun. 19 h à 21 h 30	CCCA	2014-09-15	10 sem.	160 $ (240 $)
Adultes, niveau III (1)	Mer. 9 h 30 à 12 h	MR	2014-09-17	10 sem.	160 $ (240 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, niveau I (1)	Mer. 19 h à 21 h 30	CCCA	2015-02-25	10 sem.	160 $ (240 $)
Adultes, niveau I (1)	Mar. 9 h 30 à 12 h	MR	2015-02-24	10 sem.	160 $ (240 $)
Adultes, niveau II (2)	Mer. 9 h 30 à 12 h	MR	2015-02-25	10 sem.	160 $ (240 $)
Adultes, niveau III (1)	Lun. 19 h à 21 h 30	CCCA	2015-02-23	10 sem.	160 $ (240 $)
Adultes, niveau III (1)	Mer. 9 h 30 à 12 h	MR	2015-02-25	10 sem.	160 $ (240 $)

FRIVOLITÉ

- Responsable : Cécile Beauchemin
- Frivolité à la navette

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Dim. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2014-09-21 2014-10-19 2014-11-02 2014-12-14	4 cours	125 $ (187,50 $)

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Dim. 9 h à 17 h	MR MR MR MR	2015-01-11 2015-02-01 2015-02-22 2015-03-22	4 cours	125 $ (187,50 $)

TISSAGE (Initiation au)

- Responsable : Rachel-Anne Bédard

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Sam. 9 h à 16 h	CCCA CCCA CCCA CCCA	2014-10-18 2014-11-01 2014-11-15 2014-11-29	4 cours	150 $ (225 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

TISSAGE (Armures de base)

- Responsable : Rachel-Anne Bédard
- Préalable : Tissage (initiation au)

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant	Sam. 9 h à 16 h	CCCA CCCA CCCA CCCA	2015-02-07 2015-02-21 2015-03-07 2015-03-21	4 cours	150 $ (225 $)

TISSAGE (Logiciel Fiberworks)

- Responsable : Marguerite Gingras
- Dates de début à déterminer avec les élèves

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes	Ven. ou sam. 13 h 30 à 16 h	MR	Automne ou hiver	3 cours	75 $ (112,50 $)

TRICOT AUX AIGUILLES

- Responsables : Corinne Milan (1) et Chantal Boissinot (2)

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé (1)	Lun. 19 h à 22 h	MR	2014-09-15	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Mar. 9 h à 12 h	MR	2014-09-09	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Mar. 13 h à 16 h	MR	2014-09-09	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Mer. 13 h à 16 h	MR	2014-09-10	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	MR	2014-09-10	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 9 h à 12 h	MR	2014-09-11	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 13 h à 16 h	MR	2014-09-11	10 sem.	125 $ (187,50 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes, débutant à avancé (1)	Lun. 19 h à 22 h	MR	2015-01-12	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Mar. 9 h à 12 h	MR	2015-01-06	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Mar. 13 h à 16 h	MR	2015-01-06	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Mer. 13 h à 16 h	MR	2015-01-07	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	MR	2015-01-07	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 9 h à 12 h	MR	2015-01-08	10 sem.	125 $ (187,50 $)
Adultes, débutant à avancé (2)	Jeu. 13 h à 16 h	MR	2015-01-08	10 sem.	125 $ (187,50 $)

ATELIERS ET GROUPES D'ÉTUDE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Atelier libre (feutre)	Vendredi aux deux semaines (sauf le 21 nov.) 9 h 15 à 16 h 30	MR	2014-09-12	Toute l'année	75 $ (112,50 $)
Atelier libre (tricot)	Mar. 13 h à 16 h	MR	2014-09-09	Toute l'année	75 $ (112,50 $)
Atelier pratique (fléché) (pratique et dépannage) Préalable : minimum 3 sessions d'apprentissage	Mar. 19 h à 21 h 30	MR	2014-09-16 2015-02-24	10 ateliers 10 ateliers	75 $ (112,50 $) 75 $ (112,50 $)
Groupe d'étude en tissage (avancé)	2e ou 3e lundi du mois 9 h 30 à 14 h 30	MR	2014-09-08 2014-10-20 2014-11-10 2014-12-08 2015-01-12 2015-02-09 2015-03-09 2015-04-13 2015-05-11 2015-06-08	10 ateliers	30 $ (45 $)
Groupe d'étude en tissage (4 lames)	3e jeudi du mois 13 h 15 à 16 h	CCCA	2014-09-18 2014-10-16 2014-11-20 2014-12-18 2015-01-15 2015-02-19 2015-03-19 2015-04-16 2015-05-21 2015-06-18	10 ateliers	30 $ (45 $)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Groupe d'étude sur la couleur Préalable : démystifier le cercle chromatique	1er lundi du mois 9 h 30 à 15 h 30	CCCA	2014-10-06 2014-11-03 2014-12-01 2015-02-02 2015-03-02 2015-04-06 2015-05-04	7 ateliers	30 $ (45 $)
Rencontres des flécherands Préalable : avoir complété les 3 niveaux d'apprentissage	Ven. 17 h 30 à 19 h 30	CCCA	2014-09-19 2014-11-21 2015-01-16 2015-03-20	4 rencontres	30 $ (45 $)

ASSOCIATION DE JUMELAGE DE CAP-ROUGE–SAINT-AUGUSTIN (Activités de l')

- Renseignements et inscription : Héléna C. Bernier, 418 914-7125; Jacques Drolet, 418 878-3655; www.jumelagecaprougestaugustin.org; ajcrsa@gmail.com
- Jumelage entre Québécois et Français ou Guadeloupéens et échanges culturels : hébergement, déjeuner, souper et, à l'occasion, lunch fourni par l'hôte
- Activités et visites organisées
- Souper d'automne en octobre et petit déjeuner en janvier
- Jumelage du Québec avec la Guadeloupe au cours de l'été 2015
- Droits d'adhésion : 15 $ (résidants de Québec et de Saint-Augustin-de-Desmaures)

ASTRONOMIE

Club d'astronomie Cassiopée

(Membre de la Fédération des astronomes amateurs du Québec et des Amis de la corporation de l'observatoire du mont Cosmos)

- Renseignements : Hélène Gamache, 418 653-8789; helenegam@yahoo.ca; casinfo@yahoo.com; www.clubcassiopee.org
- Activités : conférences, ateliers et formation, sorties d'observation astronomique, voyages, etc.
- Dates des rencontres : www.clubcassiopee.org ou 418 653-8789
- Endroit : centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)
- Horaire : généralement à 19 h 30
- Possibilité offerte aux membres d'emprunter des instruments d'observation
- Coûts d'adhésion annuels :
  - adultes : 28 $
  - 17 ans et moins : 20 $
  - familles (deux adultes et deux enfants de 13 ans ou moins) : 56 $
  - non-membres : 3 $ par rencontre

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Club d'astronomie Véga

- Responsable : Philippe Moussette
- Renseignements : vegacrqc@hotmail.com; www.faaq.org/clubs/vega
- Objectif : vulgariser les concepts et les techniques liés à l'astronomie
- Télescopes à la disposition des membres
- Activités : présentation du ciel du mois, observation, ateliers et conférences
- Rencontres : 2e mercredi du mois (excepté en juillet et en août)
- Endroit : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)

Section jeunesse (5 ans et plus)

- Objectif : vulgariser l'astronomie auprès des jeunes
- Activités : présentation du ciel du mois, observation, ateliers et conférences
- Télescopes à la disposition des membres
- Rencontres mensuelles : le samedi, de 10 h à 12 h, suivant la réunion ordinaire (excepté en juillet et en août)
- Endroit : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Coûts d'adhésion annuels :
  - adultes : 15 $
  - 17 ans et moins : 7 $
  - familles (deux adultes et deux enfants de 13 ans ou moins) : 30 $
  - familles (monoparentales) : 20 $

ATELIERS PRÉSCOLAIRES

Les petits copains

- Renseignements : 418 641-6301, poste 2444
- Inscription : sur le site Internet de la ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Porte ouverte le 13 septembre, de 9 h 30 à 11 h 30
- L'enfant doit apporter son dîner s'il est présent de 8 h à 12 h 30 ou de 8 h à 17 h

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

- Avoir de 3 à 5 ans
- Atelier du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACEN3800	01	Préscolaire	Lun. 8 h à 12 h 30	CCCR	2014-09-15	12 sem.	168 $
ACEN3800	02	Préscolaire	Lun. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2014-09-15	12 sem.	168 $
ACEN3800	03	Préscolaire	Lun. 8 h à 17 h	CCCR	2014-09-15	12 sem.	336 $
ACEN3800	04	Préscolaire	Mar. 8 h à 12 h 30	CCCR	2014-09-16	13 sem.	182 $
ACEN3800	05	Préscolaire	Mar. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2014-09-16	13 sem.	182 $
ACEN3800	06	Préscolaire	Mar. 8 h à 17 h	CCCR	2014-09-16	13 sem.	364 $
ACEN3800	07	Préscolaire	Mer. 8 h à 12 h 30	CCCR	2014-09-17	13 sem.	182 $
ACEN3800	08	Préscolaire	Mer. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2014-09-17	13 sem.	182 $
ACEN3800	09	Préscolaire	Mer. 8 h à 17 h	CCCR	2014-09-17	13 sem.	364 $
ACEN3800	10	Préscolaire	Jeu. 8 h à 12 h 30	CCCR	2014-09-18	13 sem.	182 $
ACEN3800	11	Préscolaire	Jeu. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2014-09-18	13 sem.	182 $
ACEN3800	12	Préscolaire	Jeu. 8 h à 17 h	CCCR	2014-09-18	13 sem.	364 $
ACEN380	13	Préscolaire	Ven. 8 h à 12 h 30	CCCR	2014-09-19	13 sem.	182 $
ACEN3800	14	Préscolaire	Ven. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2014-09-19	13 sem.	182 $
ACEN3800	15	Préscolaire	Ven. 8 h à 17 h	CCCR	2014-09-19	13 sem.	364 $

HIVER

- Avoir de 3 à 5 ans
- Relâche du 2 au 6 mars (congé scolaire), les 3 et 6 avril (Pâques) et le 18 mai (journée nationale des Patriotes)

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACEN3800	51	Préscolaire	Lun. 8 h à 12 h 30	CCCR	2015-01-12	20 sem.	280 $
ACEN3800	52	Préscolaire	Lun. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2015-01-12	20 sem.	280 $
ACEN3800	53	Préscolaire	Lun. 8 h à 17 h	CCCR	2015-01-12	20 sem.	560 $
ACEN3800	54	Préscolaire	Mar. 8 h à 12 h 30	CCCR	2015-01-13	22 sem.	308 $
ACEN3800	55	Préscolaire	Mar. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2015-01-13	22 sem.	308 $
ACEN3800	56	Préscolaire	Mar. 8 h à 17 h	CCCR	2015-01-13	22 sem.	616 $
ACEN3800	57	Préscolaire	Mer. 8 h à 12 h 30	CCCR	2015-01-14	22 sem.	308 $
ACEN3800	58	Préscolaire	Mer. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2015-01-14	22 sem.	308 $
ACEN3800	59	Préscolaire	Mer. 8 h à 17 h	CCCR	2015-01-14	22 sem.	616 $
ACEN3800	60	Préscolaire	Jeu. 8 h à 12 h 30	CCCR	2015-01-15	22 sem.	308 $
ACEN3800	61	Préscolaire	Jeu. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2015-01-15	22 sem.	308 $
ACEN3800	62	Préscolaire	Jeu. 8 h à 17 h	CCCR	2015-01-15	22 sem.	616 $
ACEN3800	63	Préscolaire	Ven. 8 h à 12 h 30	CCCR	2015-01-16	21 sem.	294 $
ACEN3800	64	Préscolaire	Ven. 12 h 30 à 17 h	CCCR	2015-01-16	21 sem.	294 $
ACEN3800	65	Préscolaire	Ven. 8 h à 17 h	CCCR	2015-01-16	21 sem.	588 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

BRIDGE

École de bridge Picatou

- Renseignements et inscription : Claire Grégoire, 418 872-2694; picatou@picatou.com; www.picatou.com
- Chèque libellé à l'ordre de Claire Grégoire
- Coûts indiqués : couvrent le prix des notes et du matériel d'appoint

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3002	01	Débutant, rudiments	Lun. 13 h à 15 h 30	CCNB	2014-09-15	8 sem.	110 $
BRID3002	02	Débutant, rudiments	Lun. 19 h à 21 h 30	CCNB	2014-09-15	8 sem.	110 $
BRID3002	03	Avancé, défense	Mar. 13 h à 15 h 30	CCNB	2014-09-16	8 sem.	110 $
BRID3003	01	Intermédiaire, réussir son contrat	Jeu. 13 h à 15 h 30	CCNB	2014-09-18	8 sem.	110 $
BRID3003	02	Avancé (SAYC-1)	Mer. 9 h 30 à 12 h	CCNB	2014-09-17	5 sem.	80 $
BRID3004	01	Avancé (SAYC-2)	Mer. 13 h à 15 h 30	CCNB	2014-09-17	5 sem.	80 $
BRID3006	01	Duplicata	Ven. 13 h à 16 h	CCNB	2014-09-19	10 sem.	6 $/fois

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3002	51	Débutant, rudiments	Lun. 13 h à 15 h 30	CCNB	2015-01-26	8 sem.	110 $
BRID3002	52	Débutant, rudiments	Lun. 19 h à 21 h 30	CCNB	2015-01-26	8 sem.	110 $
BRID3002	53	Avancé, défense	Mar. 13 h à 15 h 30	CCNB	2015-01-27	8 sem.	110 $
BRID3003	51	Intermédiaire, réussir son contrat	Jeu. 13 h à 15 h 30	CCNB	2015-01-29	8 sem.	110 $
BRID3003	52	Avancé (SAYC-1)	Mer. 9 h 30 à 12 h	CCNB	2015-01-28	5 sem.	80 $
BRID3004	51	Avancé (SAYC-2)	Mer. 13 h à 15 h 30	CCNB	2015-01-28	5 sem.	80 $
BRID3006	51	Duplicata	Ven. 13 h à 16 h	CCNB	2015-01-30	10 sem.	6 $/fois

DENTELLE ET BRODERIE

GUILDE DES DENTELLIÈRES ET DES BRODEUSES INC. (Activités de la)

- Renseignements et inscription : Annie Cloutier, 418 683-0514; guilde.dentellieres.brodeuses@hotmail.com
- Cours offerts selon la demande : dentelle aux fuseaux, broderie, frivolité
- Deux sessions : en septembre et en janvier
- Réunions mensuelles : 13 septembre, 4 octobre, 1er novembre, 6 décembre, 10 janvier, 7 février, 7 mars, 11 avril, 9 mai et 6 juin
- Horaire : de 9 h 30 à 16 h
- Endroit : centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

- Coûts :
  - Adhésion auprès de l'association : 25 $
  - Cours : prix fixé en fonction du nombre d'heures nécessaires à l'acquisition de la technique
- Bibliothèque et matériel spécialisé mis à la disposition des membres

ÉCOLE D'ARTS VISUELS DE CAP-ROUGE (Activités de l')

- Renseignements et inscription : 418 641-6413 poste 7327; maacr@outlook.com; www.centreartmaisonblanchette.org
- Cours intensifs seulement sur le site Internet de l'école (www.centreartmaisonblanchette.org)
- Cours offerts aux enfants, aux adolescents et aux adultes (petits groupes)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou sur celui de l'école (centreartmaisonblanchette.org), par téléphone ou par la poste
- Coût du matériel non compris dans les droits d'inscription à l'exception des cours pour enfants
- Modes de paiement : par carte de crédit (site Internet de la Ville), par chèque libellé à l'ordre de M. A. A. ou auprès de l'école
- Cours du 13 octobre annulé

AQUARELLE

- Apprentissage de la transformation du sujet et des techniques de l'aquarelle
- Professeure : Noriko Imaï Sca

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AAQL3801	01	Intermédiaire	Jeu. 9 h à 12 h	CCCR	2014-09-18	10 sem.	232,50 $
AAQL3801	02	Débutant	Jeu. 13 h à 16 h	CCCR	2014-09-18	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AAQL3801	51	Intermédiaire	Jeu. 9 h à 12 h	CCCR	2015-01-22	10 sem.	232,50 $
AAQL3801	52	Débutant	Jeu. 13 h à 16 h	CCCR	2015-01-22	10 sem.	232,50 $

AQUAMIXTE

- Expérimentation de la création et de la transformation, utilisation de techniques mixtes avec le médium de l'eau sur papier
- Découverte de son côté artistique, aide à la création
- Médiums utilisés : aquarelle, pastel, acrylique, gouache, encre, pigments naturels
- Préalable : techniques de base de l'aquarelle
- Professeure : Noriko Imaï Sca

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3801	01	Tous	Mar. 13 h à 16 h	CCCR	2014-09-16	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3801	51	Tous	Mar. 13 h à 16 h	CCCR	2015-01-20	10 sem.	232,50 $

ART-ADOS

- Expression de sa créativité à travers le dessin, la peinture et la sculpture
- Professeur : Francis Ouellet

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3803	01	13 à 16 ans Tous les niveaux	Sam. 13 h 30 à 15 h 30	CCCR	2014-09-20	10 sem.	147 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3801	51	13 à 16 ans Tous les niveaux	Sam. 13 h 30 à 15 h 30	CCCR	2015-01-24	10 sem.	147 $

ATELIERS DU SAMEDI (Les)

- Familiarisation avec les techniques artistiques (dessin, peinture et sculpture)
- Expérimentation liée aux différentes formes d'art
- Coût du matériel inclus
- Professeure : Roxanne Saint-Cyr

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3802	01	6 à 8 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h 30	CCCR	2014-09-20	10 sem.	147 $
ARTI3802	02	9 à 12 ans	Sam. 13 h 30 à 15 h 30	CCCR	2014-09-20	10 sem.	147 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3802	51	6 à 8 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h 30	CCCR	2015-01-24	10 sem.	147 $
ARTI3802	52	9 à 12 ans	Sam. 13 h 30 à 15 h 30	CCCR	2015-01-24	10 sem.	147 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

BANDE DESSINÉE

- Apprentissage des étapes inhérentes à la création de bandes dessinées
- Création de personnages de bande dessinée (caricatures animalières, super héros, etc.)
- Coût du matériel inclus
- Professeure : Estelle Bachelard

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3801	01	9 à 12 ans	Sam. 9 h à 11 h	CCCR	2014-09-20	10 sem.	147 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3801	51	9 à 12 ans	Sam. 9 h à 11 h	CCCR	2015-01-24	10 sem.	147 $

CALLIGRAPHIE ET SUMI-E (Dessin japonais)

- Apprentissage des divers mouvements de l'écriture japonaise avec l'encre de Chine et des techniques de dégradé (sumi-e)
- Professeure : Noriko Imaï Sca

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3802	01	Débutant	Ven. 9 h à 12 h	CCCR	2014-09-19	10 sem.	232,50 $
DESS3802	02	Intermédiaire	Ven. 13 h à 16 h	CCCR	2014-09-19	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3802	51	Débutant	Ven. 9 h à 12 h	CCCR	2015-01-23	10 sem.	232,50 $
DESS3802	52	Intermédiaire	Ven. 13 h à 16 h	CCCR	2015-01-23	10 sem.	232,50 $

DESSIN

- Apprentissage du dessin selon la technique *Dessiner avec le cerveau droit* (débutant)
- Poursuite de l'apprentissage (composition et médiums) et consolidation de sa technique graphique (intermédiaire)
- Réalisation de projets personnels avec l'aide de l'enseignant et rehaussement de ses dessins avec la couleur (avancé)
- Expérimentation de règles simples pour réaliser une composition efficace et familiarisation avec l'équilibre pictural (dessin et composition; intermédiaire et avancé)
- Réalisation de dessins avec des marqueurs à l'encre et des crayons *aquarellables* et rehaussement de ses dessins avec la couleur (dessin et crayon *aquarellable*; avancé)
- Maîtrise des proportions du personnage et du dessin d'un visage, des mains et des pieds pour les incorporer dans ses projets créatifs (dessin, le personnage)
- Professeures : Gisel Saint-Hilaire (lundi, mercredi et jeudi), Anne-Marie Bourguignon (vendredi)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3804	01	Débutant	Lun. 9 h à 12 h	CCCR	2014-09-15	10 sem.	232,50 $
DESS3804	02	Débutant	Mer. 19 h à 22 h	CCCR	2014-09-17	10 sem.	232,50 $
DESS3804	03	Intermédiaire	Lun. 13 h à 16 h	CCCR	2014-09-15	10 sem.	232,50 $
DESS3804	04	Avancé	Jeu. 19 h à 22 h	CCCR	2014-09-18	10 sem.	232,50 $
DESS3804	05	Composition Intermédiaire et avancé	Mer. 9 h à 12 h	CCCR	2014-09-17	10 sem.	232,50 $
DESS3804	06	Crayon aquarellable Avancé	Mer. 13 h à 16 h	CCCR	2014-09-17	10 sem.	232,50 $
DESS3804	07	Le personnage Tous les niveaux	Ven. 9 h à 12 h	CCCR	2014-09-19	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3804	51	Intermédiaire	Lun. 9 h à 12 h	CCCR	2015-01-19	10 sem.	232,50 $
DESS3804	52	Débutant et intermédiaire	Mer. 19 h à 22 h	CCCR	2015-01-21	10 sem.	232,50 $
DESS3804	53	Débutant	Lun. 13 h à 16 h	CCCR	2015-01-19	10 sem.	232,50 $
DESS3804	54	Avancé	Jeu. 19 h à 22 h	CCCR	2015-01-22	10 sem.	232,50 $
DESS3804	55	Composition Intermédiaire et avancé	Mer. 9 h à 12 h	CCCR	2015-01-21	10 sem.	232,50 $
DESS3804	56	Crayon aquarellable Avancé	Mer. 13 h à 16 h	CCCR	2015-01-21	10 sem.	232,50 $
DESS3804	57	Le personnage Tous les niveaux	Ven. 9 h à 12 h	CCCR	2015-01-23	10 sem.	232,50 $

DESSIN ET CRÉATION

- Approches techniques et créatrices du dessin, thèmes variés
- Médiums : fusain, crayons, sanguine, pastels, etc.
- Professeur : François Desharnais

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3807	01	Avancé	Lun. 13 h à 16 h	CCCR	2014-09-15	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3807	51	Avancé	Lun. 13 h à 16 h	CCCR	2015-01-19	10 sem.	232,50 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

MANDALA

- Création de mandalas, découverte de l'univers des symboles, collage, dessin et peinture en toute liberté
- Professeure : Michèle Lefebvre

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3809	01	Intermédiaire	Lun. 9 h à 12 h	CCCR	2014-09-15	10 sem.	232,50 $
DESS3809	02	Débutant	Mar. 19 h à 22 h	CCCR	2014-09-16	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3809	51	Débutant	Lun. 9 h à 12 h	CCCR	2015-01-19	10 sem.	232,50 $
DESS3809	52	Intermédiaire	Mar. 19 h à 22 h	CCCR	2015-01-20	10 sem.	232,50 $

PASTEL

- Apprentissage du pastel, de sa technique et de ses propriétés
- Professeure : Michèle Lefebvre

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3806	01	Tous les niveaux	Mar. 9 h à 12 h	CCCR	2014-09-16	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3806	51	Tous les niveaux	Mar. 9 h à 12 h	CCCR	2015-01-20	10 sem.	232,50 $

PEINTURE

- Approfondissement des techniques de base de l'acrylique ainsi que des principes de couleur (débutants)
- Approfondissement des techniques de l'acrylique à travers des sujets personnels
- Respect du rythme et du style de chacun, exercice en dessin offert au début de chaque cours
- Professeure : Michèle Lefebvre

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3801	01	Tous les niveaux	Lun. 19 h à 22 h	CCCR	2014-09-15	10 sem.	232,50 $
PEIN3801	02	Tous les niveaux	Mer. 13 h à 16 h	CCCR	2014-09-17	10 sem.	232,50 $
PEIN3801	03	Tous les niveaux	Jeu. 9 h à 12 h	CCCR	2014-09-18	10 sem.	232,50 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3801	51	Tous les niveaux	Lun. 19 h à 22 h	CCCR	2015-01-19	10 sem.	232,50 $
PEIN3801	52	Tous les niveaux	Mer. 13 h à 16 h	CCCR	2015-01-21	10 sem.	232,50 $
PEIN3801	53	Tous les niveaux	Jeu. 9 h à 12 h	CCCR	2015-01-22	10 sem.	232,50 $

PEINTURE (Atelier)

- Approche personnalisée à travers laquelle l'étudiant est accompagné dans sa démarche
- Professeur : François Desharnais

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3802	01	Tous	Lun. 9 h à 12 h	CCCR	2014-09-15	10 sem.	232,50 $
PEIN3802	02	Avancé	Lun. 19 h à 22 h	CCCR	2014-09-15	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3802	51	Tous	Lun. 9 h à 12 h	CCCR	2015-01-19	10 sem.	232,50 $
PEIN3802	52	Avancé	Lun. 19 h à 22 h	CCCR	2015-01-19	10 sem.	232,50 $

PETITES MAINS D'ARTISTES

- Initiation au monde des arts en stimulant la créativité
- Éveil aux arts au moyen de l'expérimentation et de l'observation
- Coût du matériel inclus
- Professeure : Roxanne Saint-Cyr

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3806	01	3 à 5 ans	Sam. 9 h à 10 h	CCCR	2014-09-20	4 sem.	50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3806	51	3 à 5 ans	Sam. 9 h à 10 h	CCCR	2015-01-24	4 sem.	50 $

PORTRAIT (Sfumato liquide)

- Travail axé sur les nuances d'une image avec le médium liquide : gouache, acrylique, etc.
- Travaux sur du papier bristol
- Professeur : Frédérik Lévesque

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PORT3802	01	Intermédiaire, avancé	Mar. 9 h à 12 h	CCCR	2014-09-16	10 sem.	232,50 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PORT3802	51	Intermédiaire, avancé	Mar. 9 h à 12 h	CCCR	2015-01-20	10 sem.	232,50 $

PORTRAIT

- Apprentissage des techniques inhérentes au dessin appliquées au portrait
- Professeur : Frédérik Lévesque

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PORT3801	01	Débutant	Mar. 13 h à 16 h	CCCR	2014-09-16	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PORT3801	51	Débutant et intermédiaire	Mar. 13 h à 16 h	CCCR	2015-01-20	10 sem.	232,50 $

SCULPTURE ET MODELAGE

- Addition et soustraction permettant de construire des formes abstraites et figuratives
- Professeur : Francis Ouellet

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCUP3801	01	Tous les niveaux	Mer. 13 h à 16 h	CLSA	2014-09-17	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCUP3801	51	Tous les niveaux	Mer. 13 h à 16 h	CLSA	2015-01-21	10 sem.	232,50 $

TECHNIQUE MIXTE

- Interprétation du sujet par l'exploration de différentes techniques picturales
- Professeure : Anne-Marie Bourguignon

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3808	01	Tous les niveaux	Jeu. 9 h à 12 h	CCCR	2014-09-18	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3808	51	Tous les niveaux	Jeu. 9 h à 12 h	CCCR	2015-01-22	10 sem.	232,50 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

VITRAIL (Projet libre)

- Apprentissage des techniques inhérentes au vitrail et réalisation d'un projet personnel à partir de son propre dessin
- Exploration du vitrail contemporain
- Coût du matériel : 30 $ en sus (débutants)
- Outils fournis par l'école
- Professeure : Christine Arsenault

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3800	01	Tous	Mar. 13 h à 16 h	CLSA	2014-09-16	10 sem.	232,50 $
VITR3800	02	Tous	Jeu. 19 h à 22 h	CLSA	2014-09-18	10 sem.	232,50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3800	51	Tous	Mar. 13 h à 16 h	CLSA	2015-01-20	10 sem.	232,50 $
VITR3800	52	Tous	Jeu. 19 h à 22 h	CLSA	2015-01-22	10 sem.	232,50 $

CENTRE DE CÉRAMIQUE DE SAINTE-FOY (Activités du)

- Renseignements : 418 688-3166, 2130, rue de la Somme
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca), par téléphone, par la poste ou encore lors des journées portes ouvertes
  - Automne : les 6 et le 7 septembre, de 13 h à 15 h
  - Hiver : le 8 janvier, de 19 h à 21 h et le 10 janvier, de 13 h à 15 h
- Inscription à un cours : donne le droit de participer à l'atelier libre pendant les heures d'ouverture du centre (50 heures par semaine, durant 13 semaines)
- Coût de l'inscription après le 7 septembre ou après le 10 janvier : 5 % de plus que le prix initial
- Coût du matériel et des cuissons en sus (matériel en vente sur place)
- Chèques libellés à l'ordre du centre de céramique de Sainte-Foy

CÉRAMIQUE (Classes ouvertes)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3001	01	Tous	Sam. 13 h à 15 h Dim. 13 h à 15 h	CC	2014-09-06 2014-09-07	2 jours	Gratuit

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3001	51	Tous	Jeu. 19 h à 21 h Sam. 13 h à 15 h	CC	2015-01-08 2015-01-10	2 jours	Gratuit

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CÉRAMIQUE (Atelier libre)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3002	01	Adultes	Lun. au ven. 19 h à 21 h 30 Mar. au sam. 10 h à 17 h Dim. 13 h à 17 h	CC	2014-09-15	13 sem.	105 $ 90 $/65 ans et +

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3002	51	Adultes	Lun. au ven. 19 h à 21 h 30 Mar. au sam. 10 h à 17 h Dim. 13 h à 17 h	CC	2015-01-12	13 sem.	105 $ 90 $/65 ans et +

FABRICATION DE DÉCORATIONS DE NOËL (Atelier de)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste
- Coût du matériel inclus dans celui de l'activité

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3004	01	5 ans et +, parents et enfants	Sam. 13 h 30 à 15 h 30	CC	2014-11-22	2 sem.	45 $/ 2 pers.

MODELAGE (Adolescents et adultes)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MODA3001	01	Adolescents et adultes	Lun. 19 h à 21 h	CC	2014-09-15	10 sem.	95 $/12 à 14 ans 123 $/15 à 17 ans 185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MODA3001	51	Adolescents et adultes	Lun. 19 h à 21 h	CC	2015-01-12	10 sem.	95 $/ 12 à 14 ans 123 $/15 à 17 ans 185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +

MODELAGE (Enfants)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MODA3003	01	6 à 12 ans	Sam. 13 h à 14 h 30	CC	2014-09-20	10 sem.	60 $/1er enfant 50 $/2e enfant 40 $/3e enfant

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MODA3003	51	6 à 12 ans	Sam. 13 h à 14 h 30	CC	2015-01-17	10 sem.	60 $/1er enfant 50 $/2e enfant 40 $/3e enfant

MOSAÏQUE

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3003	01	Adolescents et adultes	Mer. 19 h à 21 h	CC	2014-09-17	10 sem.	95 $/12 à 14 ans 123 $/15 à 17 ans 185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CERA3003	51	Adolescents et adultes	Mer. 19 h à 21 h	CC	2015-01-14	10 sem.	95 $/12 à 14 ans 123 $/15 à 17 ans 185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

POTERIE AU TOUR

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
POTR3001	06	Adolescents et adultes Niveau 1	Lun. 19 h à 21 h	CC	2014-09-15	10 sem.	95 $/12 à 14 ans 123 $/15 à 17 ans 185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +
POTR3001	03	Adolescents et adultes Niveau 1	Mer. 13 h 30 à 15 h 30	CC	2014-09-17	10 sem.	Idem
POTR3001	01	Adolescents et adultes Niveau 1	Jeu. 19 h à 21 h	CC	2014-09-18	10 sem.	Idem
POTR3001	04	Adolescents et adultes Niveau 1	Ven. 19 h à 21 h	CC	2014-09-19	10 sem.	Idem
POTR3001	02	Adolescents et adultes Niveau 1	Sam. 10 h à 12 h	CC	2014-09-20	10 sem.	Idem
POTR3002	01	Adolescents et adultes Niveaux 2 et 3	Mer. 19 h à 21 h	CC	2014-09-17	10 sem.	Idem

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
POTR3001	56	Adolescents et adultes Niveaux 1 et 2	Lun. 19 h à 21 h	CC	2015-01-12	10 sem.	95 $/12 à 14 ans 123 $/15 à 17 ans 185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +
POTR3001	53	Adolescents et adultes Niveaux 1 et 2	Mer. 13 h 30 à 15 h 30	CC	2015-01-14	10 sem.	Idem
POTR3001	51	Adolescents et adultes Niveaux 1 et 2	Jeu. 19 h à 21 h	CC	2015-01-15	10 sem.	Idem
POTR3001	54	Adolescents et adultes Niveaux 1 et 2	Ven. 19 h à 21 h	CC	2015-01-16	10 sem.	Idem
POTR3001	52	Adolescents et adultes Niveaux 1 et 2	Sam. 10 h à 12 h	CC	2015-01-17	10 sem.	Idem
POTR3002	51	Adolescents et adultes Niveaux 2 et 3	Mer. 19 h à 21 h	CC	2015-01-14	10 sem.	Idem

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

RAKU

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
RAKU3002	01	Adolescents et adultes	Jeu. 19 h à 22 h Sam. 9 h à 16 h	CC	2014-09-25 et 2014-10-25	10 h	150 $

SCULPTURE

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCUP3005	01	Adultes	Mar. 19 h à 21 h	CC	2014-09-16	10 sem.	185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCUP3005	51	Adultes	Mar. 19 h à 21 h	CC	2015-01-13	10 sem.	185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +

TOURNAGE ET DÉCORATION

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca), par téléphone ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MODA3004	01	Adultes, avancé	Mar. 19 h à 21 h	CC	2014-09-16	10 sem.	185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +
MODA3004	02	Adultes, avancé	Mar. 13 h 30 à 15 h 30	CC	2014-09-16	10 sem.	185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MODA3004	51	Adultes, avancé	Mar. 19 h à 21 h	CC	2015-01-13	10 sem.	185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +
MODA3004	52	Adultes, avancé	Mar. 13 h 30 à 15 h 30	CC	2015-01-13	10 sem.	185 $/18 à 64 ans 157 $/65 ans et +

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CHANT

Chœur du Vallon

- Renseignements : www.choeurduvallon.com
- Inscription à la session d'automne : le 9 septembre, à 18 h 45, au centre communautaire Claude-Allard (CCCA) ou en appelant au 418 809-0925
- Journées portes ouvertes les 9 et 16 septembre, à 19 h
- Concerts : en décembre et au printemps

CHANT CHORAL (Répertoire classique et sacré)

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
Adultes Étudiants	Mar. 19 h à 21 h 30	CCCA	2014-09-09	145 $/an ou 75 $/session 130 $/an ou 70 $/session

CHORALE LES NOMADES (Activités de la)

- Responsables : Jean-Pierre Harvey, 418 831-1842; Marcelle Dupont, 418 650-5585
- Sorties : habituellement les mercredis ou les jeudis après-midi (de 20 à 25)
- Frais supplémentaires : 20 $ pour l'achat de photocopies et de cédéroms
- Relâche du 17 décembre au 5 janvier inclusivement

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Adultes	Mar. 9 h à 11 h 30	CCCA	2014-09-09	32 sem.	100 $

Groupe vocal Les Loriots de Cap-Rouge

- Renseignements : Michel Bouchard, 418 654-1039; www.lesloriots.ca
- Quelque soixante choristes (altos, basses, sopranos, ténors)
- Spectacles, concerts et prestations ponctuelles
- Spectacles populaires : chansons populaires de toutes les époques avec une mise en scène
- Concerts de Noël : airs de Noël classiques, traditionnels et populaires
- Répétitions : le mercredi, de 19 h 30 à 22 h au centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR) et lors de la journée intensive mensuelle, le dimanche, de 9 h à 16 h
- Début : 10 septembre et 14 janvier

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CLUBS SOCIAUX ET PHILANTHROPIQUES (Activités des)

Club de l'âge d'or Brulart de Sillery inc.

- Responsable : à venir
- Adhésion au club et inscription aux activités : à compter du 15 septembre au local 104 du centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)
- Soirées ou soupers : cinq soupers et soirées le samedi
- Coûts
  - Membres : 20 $
  - Autres : 23 $
- Relâche du 17 décembre au 18 janvier inclusivement

ACTIVITÉS HABITUELLES

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3009	01	50 ans et +	Lun. 13 h à 16 h	CCNB	2014-09-15	28 sem.	15 $

BINGO

- Responsable : Colette Grenon, 418 687-4601

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BING3001	01	Membres	Mer. 19 h	CCNB	2014-09-24	2 fois/mois	Carte en vente sur place

DANSE EN LIGNE

- Responsable : Hazel Wallace, 418 688-1774

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3112	01	Membres	Lun. 13 h 30 à 15 h	CCNB	2014-09-15	10 sem.	50 $

PÉTANQUE INTÉRIEURE

- Responsable : Roch Larose, 418 647-9588

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PETA3006	01	Membres	Lun. 13 h à 16 h	CCNB	2014-09-15	28 sem.	Gratuit

WHIST MILITAIRE

- Responsable : Janine Belzile, 418 658-9767

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CART3002	01	Membres	Mer. 19 h 30 à 22 h 30	CCNB	2014-09-17	1 fois/mois	7 $/mois

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Club de l'âge d'or Garnier de Sillery inc.

- Renseignements : Louisette Côté, 418 871-7981
- Activités habituelles : billard, parties de cartes, scrabble, fléchettes
- Inscription au club
  - Automne : à compter du 9 septembre
  - Hiver : à compter du 13 janvier

ACTIVITÉS HABITUELLES

AUTOMNE ET HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3010	01	50 ans et +	Mar. 13 h à 16 h	SSESC	2014-09-09	30 sem.	12 $/an

PÉTANQUE

- Responsable : Christiane Morin, 418 527-6686

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PETA3007	01	Membres	Mar. 13 h à 16 h	SSESC	2014-09-16	27 sem.	Gratuit

Club FADOQ Cap-Rouge inc.

- Renseignements et inscription : 418 653-2028
- Activités les mercredis : jeux de cartes, bingo, billard, jeu de poches, cours de danse, quilles et pétanque, repas (Halloween, Noël, Saint-Valentin, etc.), épluchette de blé d'Inde et sorties en groupe (partie de sucre)
- Début
  - Automne : 10 septembre, à 13 h
  - Hiver : 14 janvier
- Endroit : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Coût annuel : 24 $

Club optimiste de Cap-Rouge

- Renseignements : Louise Dugal, 418 914-9604; Rita Veilleux, 418 654-0677
- Organisation d'activités à l'intention des jeunes en vue de créer un effet positif dans leur vie : appréciation jeunesse, soirée disco s'adressant aux jeunes de 11 à 14 ans, Mini Stars, art de parler en public, etc.
- Rencontres : le 3e jeudi du mois

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Club social de Sainte-Foy inc.

- Responsable : à confirmer
- Inscription par la poste seulement

BRIDGE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACSO3001	01	40 ans et +	Lun. 13 h à 16 h 30	SSESU	2014-09-15	36 sem.	25 $

Courtepointe (La)

- Renseignements : 418 657-3836, info@lacourtepointe.ca
- Inscription : au local de La Courtepointe, 3180, avenue D'Amours
  - Automne : 19 et 20 août, de 9 h à 11 h
  - Hiver : 9 et 10 décembre, de 9 h à 11 h
- Paiement : comptant ou au moyen d'un chèque libellé à l'ordre de La Courtepointe

AUTOMNE

ACTIVITÉS	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT/SESSION
Conversation anglaise	50 ans et + Tous les niveaux	Lun. 10 h 30 à 12 h Débutant Lun. 13 h 30 à 15 h Intermédiaire et avancé	Local de La Courte-pointe	2014-09-15	10 sem.	35 $/membres 40 $/autres
Conversation espagnole	60 ans et + Débutant	Mar. 13 h 30 à 15 h	Local de La Courte-pointe	2014-09-16	10 sem.	35 $/membres 40 $/autres
Marche rythmée	60 ans et +	Mer. 9 h 30 à 10 h 30	Église Sainte-Geneviève	2014-09-17	12 sem.	15 $/membres 20 $/autres
Qi Gong	50 ans et +	Jeu. 13 h 30 à 15 h	Église Sainte-Geneviève	2014-09-17	12 sem.	30 $/membres 35 $/autres
Santé et mise en forme*	50 ans et +	Lun. 9 h 30 à 10 h 30	CCCA	2014-09-08	14 sem.	25 $ 40 $/automne et hiver

* Nombre de places limité, priorité accordée aux personnes déjà inscrites aux activités offertes à la session de l'hiver 2014

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉS	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT/SESSION
Conversation anglaise	50 ans et + Débutant Intermédiaire et avancé	Lun. 10 h 30 à 12 h Lun. 13 h 30 à 15 h	3180, avenue D'Amours	2015-01-26	10 sem.	35 $/membres 40 $/autres
Conversation espagnole	60 ans et + Débutant	Mar. 13 h 30 à 15 h	3180, avenue D'Amours	2015-01-27	10 sem.	35 $/membres 40 $/autres
Marche rythmée	60 ans et +	Mer. 9 h 30 à 10 h 30	Église Sainte-Geneviève	2015-01-14	12 sem.	15 $/membres 20 $/autres
Qi Gong	50 ans et +	Jeu. 13 h 30 à 15 h	Église Sainte-Geneviève	2015-01-15	12 sem.	30 $/membres 35 $/autres
Santé et mise en forme*	50 ans et +	Lun. 9 h 30 à 10 h 30	CCCA	2015-01-12	14 sem.	25 $ 40 $/automne et hiver

*Nombre de places limité, priorité accordée aux personnes déjà inscrites aux activités offertes à la session d'hiver 2014

DANSE

Christiane Bélanger-danse

BALLET CLASSIQUE

- Renseignements et inscription : 418 525-5751; 418 262-6902; info@christianebelanger-danse.com; www.christianebelanger-danse.com
- Chèque libellé à l'ordre de Christiane Bélanger-danse ou paiement par Internet
- Élèves de Danse-Études des 2e et 3e cycles du primaire (programme privé de formation professionnelle reconnu par plusieurs institutions professionnelles et internationales) : de 15 h 30 à 17 h, du lundi au vendredi
- Élèves de Danse-Études du secondaire : de 17 h à 18 h 30, du lundi au vendredi
- Rabais de 20 $ applicable aux droits d'inscription au 2e cours et aux suivants pour le volet loisirs uniquement
- Programme de ballet-études (AEC) au cégep François-Xavier-Garneau maintenant offert
- Production Le Ballet de Québec/compagnie Christiane Bélanger : *La Belle au bois dormant*, *Blanche-Neige et les sept nains* à la salle Louis-Fréchette du Grand Théâtre de Québec (dates à surveiller)
- Spectacle annuel de l'école : *Hymne au printemps*, à la salle Albert-Rousseau le 21 avril à 19 h

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3058	01	Pré-ballet 1 4 à 6 ans	Sam. 9 h à 10 h	CCNB	2014-09-13	12 sem.	215 $
DANS3058	02	Pré-ballet 2 4 à 6 ans	Sam. 10 h à 11 h	CCNB	2014-09-13	12 sem.	215 $
DANS3071	01	Ballet classique 1 et 2 6 à 9 ans	Sam. 10 h à 11 h 30	CCNB	2014-09-13	12 sem.	245 $
DANS3071	02	Ballet classique 1 et 2 6 à 9 ans	Sam. 11 h 30 à 13 h	CCNB	2014-09-13	12 sem.	245 $
DANS3071	03	Ballet classique 3 et 4 9 à 16 ans	Jeu. 16 h 30 à 18 h	CCNB	2014-09-18	12 sem.	245 $
DANS3071	04	Ballet classique 3 et 4 9 à 14 ans	Sam. 13 h à 14 h 30	CCNB	2014-09-13	12 sem.	245 $
DANS3071	05	Ballet classique 3 et 4 9 à 16 ans	Sam. 12 h 30 à 14 h	CCNB	2014-09-13	12 sem.	245 $
DANS3071	06	Ballet classique avancé 9 à 16 ans	Sam. 11 h à 12 h 30	CCNB	2014-09-13	12 sem.	245 $
DANS3071	07	Ballet avancé, pointes 9 à 14 ans	Sam. 14 h 30 à 16 h	CCNB	2014-09-13	12 sem.	245 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3058	51	Pré-ballet 1 4 à 6 ans	Sam. 9 h à 10 h	CCNB	2015-01-10	12 sem.	215 $
DANS3058	52	Pré-ballet 2 4 à 6 ans	Sam. 10 h à 11 h	CCNB	2015-01-10	12 sem.	215 $
DANS3071	51	Ballet classique 1 et 2 6 à 9 ans	Sam. 10 h à 11 h 30	CCNB	2015-01-10	12 sem.	245 $
DANS3071	52	Ballet classique 1 et 2 6 à 9 ans	Sam. 11 h 30 à 13 h	CCNB	2015-01-10	12 sem.	245 $
DANS3071	53	Ballet classique 3 et 4 9 à 14 ans	Sam. 13 h à 14 h 30	CCNB	2015-01-10	12 sem.	245 $
DANS3071	54	Ballet classique 3 et 4 9 à 16 ans	Jeu. 16 h 30 à 18 h	CCNB	2015-01-15	12 sem.	245 $
DANS3071	55	Ballet classique 3 et 4 9 à 16 ans	Sam. 12 h 30 à 14 h	CCNB	2015-01-10	12 sem.	245 $
DANS3071	56	Ballet classique avancé 6 à 9 ans	Sam. 11 h à 12 h 30	CCNB	2015-01-10	12 sem.	245 $
DANS3071	57	Ballet avancé, pointes 9 à 14 ans	Sam. 14 h 30 à 16 h	CCNB	2015-01-10	12 sem.	245 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

École de danse Espace Danse

- Renseignements : Marcelle Turgeon, 418 831-3054; marcelleturgeon@gmail.com
- Cours offerts aux enfants, aux adolescents, aux jeunes adultes et aux adultes
- Programmation complète sur le site Internet de l'école (www.eddespacedanse.com)
- Inscription : du 9 juin au 29 août
- Fiche d'inscription : sur le site Internet de l'école
- Droits d'inscription : 15 $ en sus, non remboursables
- Inscription à l'année (de septembre à mai) sauf pour les cours destinés aux adultes
- Début des cours : 13 septembre
- Numéro d'assurance maladie des enfants de 3 à 5 ans à fournir
- Chèque libellé à l'ordre de l'école de danse Espace-Danse et daté du 29 août 2014
- Endroits : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR), centre communautaire Champigny (CCC), centre Delphis-Marois (CDM), centre sociorécréatif Les Bocages (CSRB)
- Classes ouvertes en décembre 2014
- Spectacles de danse en mai 2015
- Évaluation et certification à la fin de l'année
- Camp d'été en août 2015

CLIENTÈLE	COURS
3 ans et +	Aér-Autiste
3 à 4 ans	Premiers pas de danse
4 à 5 ans	Éveil à la danse
5 à 6 ans	Danse créative I
6 à 7 ans	Danse créative II
7 ans	Danse préparatoire I
8 ans et +	Ballet classique
8 ans et +	Danse jazz
8 ans et +	Danse hip-hop
18 ans et +	Danse et mise en forme
18 ans et +	Danse hip-hop
18 ans et +	Danse classique
18 ans et +	Danse orientale
18 ans et +	Zumba fitness
55 ans et +	Zumba gold

DANSE FOLKLORIQUE INTERNATIONALE

La Dansoise

- Renseignements et inscription : Marie Savard, 418 527-3354; savardmarie@videotron.ca; Jacques Latouche, 418 658-9773; jakko@oricom.ca
- Chèque libellé à l'ordre de La Dansoise

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3076	01	Adultes, intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h 30 à 22 h	CCNB	2014-09-04	14 sem.	75 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3076	51	Adultes, intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h 30 à 22 h	CCNB	2015-01-08	15 sem.	75 $

DANSE SALSA

École de danse Salsa sans Frontières (100 % latino)

- Renseignements et inscription : Elba-Maria Roman Torres, 418 653-2673
- Inscription : sur le site Internet de l'école (www.salsasansfrontieres.com) par chèque ou comptant
- Promotion : 30 $ de rabais par personne si l'inscription est faite dans la première semaine de cours ou avant
- Soirées latines et ateliers thématiques : www.salsasansfrontieres.com (réservation obligatoire)

L'école de danse Salsa sans Frontières se réserve le droit d'annuler un cours sans préavis. Seules les personnes inscrites seront avisées.

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3062	01	Latino 1	Lun. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2014-09-08	6 sem.	136 $
DANS3062	02	Latino 1 (cours en espagnol)	Jeu. 20 h 15 à 21 h 45	CCNB	2014-09-11	6 sem.	136 $
DANS3062	03	Latino 1	Ven. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2014-09-12	6 sem.	136 $
DANS3062	04	Latino 1	Lun. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2014-10-27	6 sem.	136 $
DANS3062	05	Latino 1 (cours en espagnol)	Jeu. 20 h 15 à 21 h 45	CCNB	2014-10-30	6 sem.	136 $
DANS3062	06	Latino 1	Ven. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2014-10-31	6 sem.	136 $
DANS3063	01	Salsa Plus (intensif) Latino 1 et 2	Mar. 20 h à 21 h 30	CCNB	2014-09-09	6 sem.	146 $
DANS3063	02	Salsa Plus (intensif) Latino 1 et 2	Mar. 20 h à 21 h 30	CCNB	2014-10-28	8 sem.	146 $
DANS3091	01	Salsa cubaine 1	Lun. 20 h 15 à 21 h 30	CCNB	2014-09-08	6 sem.	136 $
DANS3091	02	Salsa cubaine 1	Lun. 20 h 15 à 21 h 30	CCNB	2014-10-27	6 sem.	136 $
DANS3091	03	Salsa colombienne 1	Jeu. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2014-09-11	6 sem.	146 $
DANS3091	04	Salsa colombienne 1	Jeu. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2014-10-30	6 sem.	136 $
DANS3092	01	Zumba et cardio latino	Mar. 18 h 45 à 20 h	CCNB	2014-09-16	10 sem.	100 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3062	51	Latino 1	Lun. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2015-01-05	6 sem.	136 $
DANS3062	52	Latino 1 (cours en espagnol)	Jeu. 20 h 15 à 21 h 45	CCNB	2015-01-08	6 sem.	136 $
DANS3062	53	Latino 1	Ven. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2015-01-09	6 sem.	136 $
DANS3062	54	Latino 1	Lun. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2015-02-23	6 sem.	136 $
DANS3062	55	Latino 1 (cours en espagnol)	Jeu. 20 h 15 à 21 h 45	CCNB	2015-02-26	6 sem.	136 $
DANS3062	56	Latino 1	Ven. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2015-02-20	6 sem.	136 $
DANS3063	51	Salsa Plus (intensif) Latino 1 et 2	Mar. 20 h à 21 h 30	CCNB	2015-01-06	6 sem.	146 $
DANS3063	52	Salsa Plus (intensif) Latino 1 et 2	Mar. 20 h à 21 h 30	CCNB	2015-02-24	8 sem.	156 $
DANS3091	51	Salsa cubaine 1	Lun. 20 h 15 à 21 h 30	CCNB	2015-01-05	6 sem.	136 $
DANS3091	52	Salsa cubaine 1	Lun. 20 h 15 à 21 h 30	CCNB	2015-02-23	6 sem.	136 $
DANS3091	53	Salsa colombienne 1	Jeu. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2015-01-08	6 sem.	146 $
DANS3091	54	Salsa colombienne 1	Jeu. 18 h 45 à 20 h 15	CCNB	2015-02-26	6 sem.	136 $
DANS3092	51	Zumba et cardio latino	Mar. 18 h 45 à 20 h	CCNB	2015-01-13	12 sem.	125 $

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE

ENTRAIDE DES AÎNÉS DE SILLERY (Activités de l')

- Renseignements : 418 641-6665 du lundi au vendredi; entraidea.sillery@videotron.ca
- But : favoriser le maintien à domicile des personnes âgées
- Services offerts : transport avec accompagnement, répit gardiennage, *popote*, visites d'amitié, écoute, cours diversifiés
- Deux activités offertes en collaboration avec la commission scolaire des Découvreurs
  - Inscription : centre de la Pointe-de-Sainte-Foy, 965, rue Valentin G1V 4P8, de 9 h à 11 h
  - Certificat de naissance obligatoire
- Une activité offerte en collaboration avec ViActive (programme conçu par Kino Québec)
  - Inscription : auprès d'Hélène Dion : 418 527-6007, entraidea.sillery@videotron.ca

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
L'art de bien vieillir	Mar. 13 h 30 à 16 h 30	CCNB	2014-09-30	10 sem.	45 $
Tablette (I-PAD)*	Jeu. 13 h à 16 h	CCNB	2014-10-02	10 sem.	90 $
Exercice physique (vie active)	Lun. 10 h à 11 h	CCNB	2014-09-29	10 sem.	Gratuit

*Le participant doit apporter sa tablette.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

- Cours des 2, 3 et 5 mars annulés

ACTIVITÉ	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
L'art de bien vieiliir	Mar. 13 h 30 à 16 h 30	CCNB	2015-02-03	10 sem.	45 $
Tablette (I-PAD)*	Jeu. 13 h à 16 h	CCNB	2015-02-05	10 sem.	90 $
Exercice physique (vie active)	Lun. 10 h à 11 h	CCNB	2015-02-02	10 sem.	Gratuit

*Le participant doit apporter sa tablette.

Entraide Sainte-Foy

- 3645, chemin Sainte-Foy G1X IT1
- Clientèle : personnes âgées en perte d'autonomie, personnes handicapées ou malades demeurant dans les paroisses suivantes : Saint-Benoît, Sainte-Ursule, Saint-Mathieu, Sainte-Geneviève, Notre-Dame-de-Foy, Saint-Louis-de-France, Saint-Denys, Saint-Jean-Baptiste-De La Salle, Saint-Thomas-d'Aquin et une partie de Saint-Yves
- Services offerts : transport, accompagnement, visites d'amitié, répit-gardiennage et menus travaux
- Reçus d'impôt délivrés pour les dons de 10 $ et plus

Mouvement des services à la communauté du Cap-Rouge

- Renseignements : 418 641-6643; télécopieur : 418 641-6020; msccr@bellnet.ca; www.msccr.com
- Endroit : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Heures d'ouverture : du lundi au vendredi, de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h
- Services offerts aux personnes et aux familles dans le besoin : accueil, écoute, suivi, aide alimentaire et financière, vente et échange de vêtements usagés, soutien à domicile

Club familles Cap-Rouge

- Rencontres hebdomadaires avec les mères et leurs enfants le mardi, de 9 h 30 à 11 h, à la salle Nicolas-Juneau B du centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Séances d'information, échanges, partage, socialisation des enfants et création de liens d'amitié
- Rencontres mensuelles : sorties pour les mères afin de briser l'isolement
- Rencontres familiales : programmation annuelle d'activités
- Services d'aide divers : information, écoute, soutien

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Soutien à domicile

- Écoute, suivi et visite à domicile
- Transport et accompagnement à la clinique médicale, au centre hospitalier, à l'épicerie, etc.
- Répit offert à domicile aux proches aidants
- Repas chauds servis à domicile le midi aux personnes âgées, aux malades et aux personnes aux prises avec un handicap

Services à la population

- Référence, information, écoute et soutien à l'intention des personnes et des familles aux prises avec une situation financière difficile
- En collaboration avec le comité de la Guignolée : aide alimentaire, vestimentaire et autres
- Échanges de vêtements et achat d'articles divers, les mardis et jeudis, de 13 h 30 à 15 h 30 (don de vêtements et d'articles possible en tout temps)
- Ateliers de couture : confection d'articles divers avec du tissu recyclé, les mercredis, de 9 h 30 à 12 h
- Activités physiques pour les 50 ans et plus, tous les lundis et jeudis, de 9 h 30 à 11 h
- Ateliers d'initiation à l'informatique à l'aide de tablettes électroniques offertes aux aînés (inscription en septembre et en janvier)
- Cours de gardien averti pour les jeunes de 11 ans et + (inscription le 9 septembre de 13 h à 19 h)
- Bazars annuels : vélos (mai), bébé et maternité (septembre et avril), jouets (novembre)

FONDATION JEUNESSE SAINTE-FOY–SILLERY–CAP-ROUGE (Activités de la)

- Renseignements : Pascale Rochefort, 418 928-7931, pascalerochefort@hotmail.com; Facebook

Organisme sans but lucratif, la Fondation contribue à l'amélioration de la qualité de vie chez les jeunes de l'arrondissement. Il vient en aide sur le plan financier, aux organismes de l'arrondissement dont la mission première est de promouvoir, auprès des jeunes et de leur famille, la santé et de prévenir les problèmes sociaux.

HISTOIRE

SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE SAINTE-FOY (Activités de la)

- Responsable : Alain Côté
- Renseignements : 418 641-6301, poste 4082; histoiresaintefoy@gmail.com; www.societeshistoirequebec.qc.ca
- Centre communautaire Claude-Allard (CCCR), bureau 107-1

La Société d'histoire de Sainte-Foy a pour objectif de faire connaître l'histoire de l'ancienne ville de Sainte-Foy et de sauvegarder les éléments les plus représentatifs de son patrimoine tangible et intangible. Elle propose des conférences, présentées habituellement le 3e mardi du mois au centre d'interprétation historique de Sainte-Foy (2825, chemin Sainte-Foy). L'entrée est gratuite pour les membres et de 5 $ pour les autres. La Société publie les bulletins *L'Écho fidéen* et l'*Écho fidéen Express*, à l'intention des membres, et à l'occasion, des cahiers et des dossiers thématiques.

Son centre de documentation compte une collection iconographique importante (photographies, diapositives et négatifs) reconnue pour la variété et la qualité de ses thèmes. Doté d'un instrument de recherche informatisé, le centre est accessible à condition de réserver (préférablement par courriel). Deux postes de consultation des archives photographiques sont aussi accessibles gratuitement au centre d'interprétation historique de Sainte-Foy.

La Société d'histoire est membre de la Table de concertation des sociétés d'histoire de Québec ainsi que de la Fédération Histoire Québec.

Carte de membre

- Membre ordinaire : 20 $; étudiant : 10 $; conjoint d'un membre : 10 $; membre de soutien : 35 $; membre *corporatif* : 250 $; membre à vie : 150 $
- Les personnes résidant à l'extérieur de Québec doivent débourser 50 % de plus que les coûts indiqués.
- Libeller le chèque à l'ordre de la Société d'histoire de Sainte-Foy et le faire parvenir au local 107-1 du centre communautaire Claude-Allard (CCCA)
- Activités offertes cet hiver : www.societeshistoirequebec.qc.ca

Activités

16 septembre	conférence de John O'Connor, *La traversée du Bremen*
21 octobre	conférence d'Yvan Fortier, *La Maison Routhier, survivante depuis le 18e siècle à Sainte-Foy*
18 novembre	conférence de Jean-François Caron, *Le parc Montmorency, des Récollets à aujourd'hui*
16 décembre	conférence de Jean-Marie Lebel, *Les Noëls d'autrefois au Canada français : traditions, musique et contes*
20 janvier	conférence de Michel L'Hébreux, *Le pont de Québec, un pont exceptionnel qui possède une histoire fascinante*
17 février	à déterminer
17 mars	assemblée générale annuelle
21 avril	à déterminer
19 mai	à déterminer

SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE SILLERY (Activités de la)

- Renseignements et inscription : 418 641-6664; shs@videotron.ca; www.histoiresillery.org
- Adresse postale : C. P. 47051, Québec G1S 4X1
- Adresse du local : 1229, avenue du Chanoine-Morel
- Adhésion annuelle : 25 $, renouvelable au début de janvier (l'adhésion permet de recevoir la revue historique *La Charcotte*)
- Programme des activités publié sur le site Internet de la Société ou sur Facebook

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

La Société d'histoire de Sillery s'applique à faire connaître le patrimoine historique, architectural et naturel du secteur de Sillery au moyen de publications, de rencontres, de conférences et de visites. Elle veut encourager la conservation, la restauration et la mise en valeur du patrimoine.

SOCIÉTÉ HISTORIQUE DU CAP-ROUGE (Activités de la)

- Renseignements : 418 641-6380; www.shcr.qc.ca
- À l'intention des membres et des personnes intéressées par l'histoire
- Endroit : centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)

Activités*

11 septembre	salon de thé Souvenances carougeoises
18 septembre	excursion à Saint-Augustin-de-Desmaures
9 octobre	salon de thé Souvenances carougeoises
16 octobre	conférence de Jean-Marie Lebel, *Louis Joliet, premier organiste de la Nouvelle-France* et concert d'orgue de François Grenier (dans l'église de Cap-Rouge)
6 novembre	salon de thé Souvenances carougeoises
16 novembre	la Société historique célèbre ses 40 ans : lancement de la brochure et brunch
Activités à venir	www.shcr.qc.ca

*Le programme peut changer, vérifier sur le site Internet de la Société (www.shcr.qc.ca)

HORTICULTURE

SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE DE SAINTE-FOY (Activités de la)

- Responsables : Lorraine Leblond, 418 653-4785; Renée Lebel, 418 651-3837
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou sur place le 9 septembre, de 19 h à 21 h ou encore lors des activités
- Cotisation annuelle familiale (personnes résidant à la même adresse) : 75 $

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
HORT3001	01	Tous	Mar. 19 h 30 à 22 h 30	CSSF	2014-09-16	32 sem.	55 $

HIVER

- Relâche du 17 décembre au 20 janvier

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
HORT3001	51	Tous	Mar. 19 h 30 à 22 h 30	CSSF	2015-01-20	18 sem.	55 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

LUDOTHÈQUE DE SAINTE-FOY (Activités de la)

- Renseignements : www.ludosaintefoy.org; coordo@ludosaintefoy.org; 418 641-6301, poste 4081
- Responsable : Josée Ménard
- Prêt de jeux aux enfants, aux adolescents et aux adultes (adhésion à la Ludothèque obligatoire, valable un an)
- Possibilité offerte aux usagers de la bibliothèque et de la Ludothèque d'emprunter, durant les heures d'ouverture de celle-ci, un jeu moyennant 2 $
- Jeux mis à la disposition des usagers de la bibliothèque en tout temps

Prêt de jouets

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3003	01	Tous	Lun. 9 h à 12 h Mer. 17 h à 20 h Ven. 9 h à 12 h Sam. 9 h à 17 h Dim. 9 h à 17 h	BMC	À l'année	52 sem.	40 $/1er membre de la famille 30 $/2e membre 20 $/3e membre

MADAME PREND CONGÉ DE QUÉBEC

- Responsable : Diane Périgny, 418 871-4454
- Inscription : 17 septembre, de 13 h à 14 h 30, au centre sportif de Sainte-Foy (CSSF), salle 115
- Activités sociales, sorties, conférences, dîners, etc.
- Rencontre aux deux semaines
- Relâche du 17 décembre au 7 janvier

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACSO3005	01	Adultes	Mer. 13 h à 16 h	CSSF	2014-09-17	15 sem.	20 $ (30 $)*

*Personnes résidant à Québec (Personnes résidant ailleurs)

MAISONS DE JEUNES (Activités des)

Maison des jeunes La Symbiose de Cap-Rouge

- Renseignements : 418 650-7780; mdj.symbiose@bellnet.ca; www.lasymbiose.com; au 1210, rue Provancher (adresse postale : 4473, rue Saint-Félix, Québec G1Y 3A6)
- Lieu de rencontre, milieu de vie ouvert et accessible aux adolescents de 12 à 17 ans
- Services gratuits
- Heures d'ouverture : mardi, mercredi et jeudi, de 18 h à 21 h 30; vendredi, de 18 h à 23 h; samedi, 13 h à 17 h et de 18 h à 22 h 30

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Maison des jeunes L'Envol de Sainte-Foy

- Renseignements : 418 656-6039; www.mdjlenvol.com; facebook : Mdj L'Envol de Sainte-Foy
- À l'intention des jeunes âgés de 12 à 17 ans
- Jeunes âgés de 11 ans : rencontres le jeudi, de 18 h à 19 h
- Type d'activités offertes : sportives, récréatives, artistiques, communautaires, activités de financement, de prévention, d'information portant sur différents thèmes
- Calendrier des activités basé sur les intérêts des jeunes
- Équipe d'animation sur place en tout temps

Maison des jeunes de Sillery

- Renseignements : 418-527-4333; mdjsillery@live.ca; 1215, avenue du Chanoine-Morel (Facebook et site Internet sous peu)
- Milieu de vie, point de rencontre, d'échanges, de prévention, prise en charge et autofinancement d'activités diverses par et pour les jeunes de 12 à 17 ans
- Volet d'introduction à la MDJ à partir de 11 ans
- Équipe d'animateurs et d'intervenants à l'écoute des jeunes
- Services gratuits, possibilité de participation à la vie démocratique et administrative de l'organisme
- Programmes thématiques (au moins une heure par semaine)
  - *Bouge en masse!* : activités physiques, acquisition de saines habitudes de vie
  - *Culturarium* : activités culturelles, ateliers artistiques, sorties, voyages et visites ou spectacles, cinéma, etc.
- Heures d'ouverture : mercredi et jeudi, de 15 h à 21 h; vendredi, de 15 h à 22 h; samedi, de 13 h à 22 h

MAISON LÉON-PROVANCHER (Activités de la)

- 1435, rue Provancher, Québec G1Y 1R9
- Renseignements et inscription : 418 650-7785; info@maisonleonprovancher.com; www.maisonleonprovancher.com

Activités pour tous

- Exposition : *Léon Provancher, nature passionnée, feu sacré*, sur la vie et l'œuvre de Léon Provancher, un pionnier de l'étude des sciences de la nature au Québec
- Cahier de découvertes : le cahier de découvertes s'adresse aux enfants de 6 à 12 ans et à leurs parents. Mis à leur disposition les samedis, de 12 h à 16 h, cela jusqu'au 6 décembre, il se veut un complément de l'exposition, qui leur permet de s'initier aux sciences naturelles au moyen de manipulations, d'observations et des déductions.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Activités pour la famille

- Activités organisées pour les familles portant sur l'histoire, les sciences, la nature et l'environnement
- À l'intention des jeunes et de leurs parents
- Programme détaillé : sur le site Internet de la maison Léon-Provancher
  - 6 septembre : fête de fin d'été
  - 27 septembre : Journée de la culture

Camp de jour pendant la semaine de relâche

- Du 2 au 6 mars, activités scientifiques, tout aussi amusantes qu'éducatives, offertes aux jeunes

GÉORALLYE

- Découverte du Vieux-Cap-Rouge, GPS en main à la recherche de caches savamment dissimulées
- Tous les samedis, de 12 h à 16 h, jusqu'au 14 décembre
- À l'intention des membres de la famille tout autant que des adultes
- Départ de la maison Léon-Provancher
- Coût de location du GPS : 12 $
- Réservation nécessaire : 418 650-7785 ou info@maisonleonprovancher.com.

MUSIQUE

CENTRE MUSICAL UNI-SON (Activités du)

- Responsables : Gisèle Pettigrew et Christophe Lobel, 418 684-2136; contact@centremusicalunison.com
- Inscription : sur le site Internet de l'école (www.centremusicalunison.com)
- Endroit : Centre musical Uni-Son (CMUS), 2e étage
- Horaire des cours : du lundi au jeudi, de 15 h à 22 h
- Durée : 30, 45, 60 ou 75 minutes
- Droits d'inscription : payables au centre
- Possibilité de louer certains instruments de musique (à prix modique)

Un élève peut demander à ce que 15 minutes de son cours soient consacrées à la théorie sauf si le cours dure 30 minutes. Les cours de 75 minutes comprennent 15 minutes de théorie.

COURS SUR INSTRUMENTS

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3008	01	3 à 17 ans	À confirmer	CMUS	2014-09-08	14 sem.	238 $*
MUSI3009	01	18 ans et +	À confirmer	CMUS	2014-09-08	14 sem.	252 $*

*Prix des cours de 30 minutes. Autres coûts : site Internet du centre (www.centremusicalunison.com)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3008	51	3 à 17 ans	À confirmer	CMUS	2015-01-12	18 sem.	306 $*
MUSI3009	51	18 ans et +	À confirmer	CMUS	2015-01-12	18 sem.	324 $*

*Prix des cours de 30 minutes. Autres coûts : site Internet du centre (www.centremusicalunison.com)

Cercle de musique de Cap-Rouge

- Renseignements : info@cmcaprouge.org; www.cmcaprouge.org; 418 650-7796

Cours et services offerts

- Cours de chant, de batterie et de percussion, de basse électrique, de guitare, de guitare électrique, de piano, de flûte traversière, de saxophone, de clarinette, de violon et de violoncelle et d'éveil musical
- Offerts en après-midi, en soirée et la fin de semaine
- Location d'instruments de musique aux élèves (guitare, violon, violoncelle, flûte et saxophone)
- Possibilité offerte aux groupes de musique de louer des instruments (batterie, amplificateurs de voix, basse et guitare) et de pratiquer dans le local mis à leur disposition
- Cours de musique pour les aînés en semaine avant 15 h

Inscription

AUTOMNE

- Anciens élèves : par la poste
- Nouveaux élèves : 27 août, de 18 h 30 à 20 h, au centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)

HIVER

- Anciens élèves : auprès des professeurs, par la poste ou par courriel
- Nouveaux élèves : 7 janvier, de 18 h 30 à 20 h, au centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR)
- Professeurs présents pour répondre aux questions lors des soirées d'inscription

Cours individuels

- Chant, batterie et percussion, basse électrique, guitare et guitare électrique, piano, flûte traversière, saxophone, clarinette, violon et violoncelle

AUTOMNE

- Relâche du 26 octobre au 1er novembre

CLIENT./NIV	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Tous	PP, CCCR, CCC	2014-09-07	13 sem.	340 $ (60 min)
Tous	PP, CCCR, CCC	2014-09-07	13 sem.	260 $ (45 min)
Tous	PP, CCCR, CCC	2014-09-07	13 sem.	185 $ (30 min)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

- Relâche du 1er au 7 mars

CLIENT./NIV	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Tous	PP, CCCR, CCC	2015-01-11	18 sem.	460 $ (60 min)
Tous	PP, CCCR, CCC	2015-01-11	18 sem.	350 $ (45 min)
Tous	PP, CCCR, CCC	2015-01-11	18 sem.	245 $ (30 min)

ÉVEIL MUSICAL, ENSEMBLE DE VIOLON, HARMONIE ET *STAGE BAND* (Cours en groupe)

- Six élèves minimum par groupe

AUTOMNE

- Relâche du 26 octobre au 1er novembre

CLIENT./NIV.	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Éveil musical, 3 à 6 ans	PP, CCCR, CCC	2014-09-14	10 sem.	100 $ (60 min)
Ensemble de violons	PP, CCCR, CCC	2014-11-02	6 sem.	60 $ (60 min)

HIVER

- Relâche du 1er au 7 mars

CLIENT./NIV.	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Éveil musical, 3 à 6 ans	PP, CCCR, CCC	2015-01-17	12 sem.	120 $ (60 min)
Ensemble de violons	PP, CCCR, CCC	2014-03-07	10 sem.	100 $ (60 min)

COURS DE MUSIQUE POUR AÎNÉS

AUTOMNE

- Relâche du 26 octobre au 1er novembre
- Cours du lundi au vendredi avant 15 h

AUTOMNE

CLIENT./NIV	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
55 ans et +	PP	2014-09-07	13 sem.	315 $ (60 min)
55 ans et +	PP	2014-09-07	13 sem.	225 $ (45 min)
55 ans et +	PP	2014-09-07	13 sem.	160 $ (30 min)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

- Relâche du 1er au 7 mars

CLIENT./NIV	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
55 ans et +	PP	2015-01-11	18 sem.	420 $ (60 min)
55 ans et +	PP	2015-01-11	18 sem.	315 $ (45 min)
55 ans et +	PP	2015-01-11	18 sem.	220 $ (30 min)

HARMONIE ET *STAGE BAND*

- Renseignements et inscription : 418 650-7796; harmoniecr@gmail.com
- À l'intention des musiciens désireux de faire de la musique en groupe
- Préalable : un minimum de connaissances musicales
- Répertoires populaire et classique et musique de films
- Durée : du 3 septembre au 10 décembre et du 14 janvier au 29 avril
- Direction musicale, harmonie et *stage band* : France Sanfaçon
- Relâche du 1er au 7 mars

GR.	CLIENT./NIV	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Harmonie	16 ans et +	Mer. 19 h à 20 h 30	CCC	2014-09-03	30 sem.	60 $
Stage band	16 ans et +	Mer. 20 h 45 à 21 h 45	CCC	2014-09-03	30 sem.	200 $/adultes 150 $/étudiants

Modalités de paiement

- Coûts payables au moment de l'inscription (en espèces ou par chèque)
- Possibilité d'effectuer deux versements (chèques postdatés)
- Possibilité d'obtenir un reçu pour déductions fiscales au niveau fédéral (activités offertes aux enfants)
- Tarifs sujets à changement sans préavis

MAISON DE LA MUSIQUE DE SAINTE-FOY (Activités de la)

- Renseignements : 418 650-2657, mmsf1986@gmail.com; www.mmsf.org
- Centre communautaire Claude-Allard (CCCA)
- Cours d'instruments donnés à des élèves de tous les niveaux et de tous les âges
- Inscription : 26 août, de 18 h 30 à 21 h 30 sur place ou par téléphone (418 650-2657)
- Possibilité offerte aux nouveaux élèves d'avoir une autre séance d'inscription le 8 janvier, de 19 h à 21 h

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Coûts

- 30 minutes de cours par semaine : 545 $
- 45 minutes de cours par semaine : 725 $
- 60 minutes de cours par semaine : 897,50 $
- Droits d'inscription : payables en un ou en plusieurs versements (chèques libellés à l'ordre de la Maison de la musique de Sainte-Foy)

Cours individuels

- Musique classique ou populaire, pratique quotidienne nécessaire
- Cours de 45 ou de 60 minutes : une période de 15 minutes peut être consacrée à la théorie
- Début
  - Automne : 8 septembre (14 sem.)
  - Hiver : 12 janvier (16 sem.)
- Horaire à déterminer avec le professeur

ACTIVITÉ	CLIENTÈLE	PÉRIODE DU COURS	RESPONSABLE
Chant classique	10 ans et +, adultes	Jour et soir	Nathalie Dumont
Chant populaire	10 ans et +, adultes	Jour et soir	France Sanfaçon
Clarinette	10 ans et +, adultes	Soir	Roger Légaré
Flûte traversière	10 ans et +, adultes	Soir	Roger Légaré
Guitare classique, populaire, électrique	8 ans et +, adultes	Jour et soir	Maxime Perron Mathieu Deschênes
Basse électrique	8 ans et +, adultes	Soir	Serge Vallières
Piano	5 ans et +, adultes	Jour et soir	Solange Beaulieu Ginette Doucet Julie Chabot
Saxophone	12 ans et +, adultes	Soir	Roger Légaré
Trompette, trombone	12 ans et +, adultes	Jour et soir	France Sanfaçon
Violon	6 ans et +, adultes	Jour et soir	Jasmine Gagnon

EUTONIE

- Responsable : Nathalie Dumont, 418 650-2657
- Pratique corporelle favorisant l'utilisation judicieuse du corps et son adaptation au milieu environnant : meilleure conscience de son corps, réduction des tensions musculaires excessives, équilibre postural, souplesse et aisance gestuelle et régulation de la respiration
- Rencontres en groupe (voir page 152) ou individuelles

CHORALE D'ENFANTS

- Responsable : Nathalie Dumont, 418 650-2657, mmsf1986@gmail.com

AUTOMNE ET HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
6 à 11 ans	Mer. 18 h 30	CCCA	2014-09-24	185 $/30 min/sem. 28 cours dans l'année
6 à 11 ans	Mer. 18 h 30	CCCA	2015-01-14	105 $/30 min/sem. 16 cours à l'hiver

ÉVEIL MUSICAL

- Responsable : Nathalie Dumont, 418 650-2657, mmsf1986@gmail.com
- Initiation à la musique par le jeu

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
3 à 5 ans	Sam. 9 h	CCCA	2014-09-13	150 $/45 min/sem. 14 cours

HIVER

- Responsable : Nathalie Dumont
- Cours de 12 sem. incluant une sortie au théâtre des Gros-Becs en fin de session
- Date du début des cours en février : s'informer auprès de la responsable

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
3 à 5 ans	Sam. 9 h	CCCA	2015-01-17	170 $/45 min/sem. 16 cours

Groupe vocal Pop

- Responsable : Nathalie Dumont, 418 650-2657, mmsf1986@gmail.com

AUTOMNE

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
12 à 18 ans	Mer. 19 h 10 à 19 h 55	CCCA	2014-09-10	150 $

HIVER

CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	COÛT
12 à 18 ans	Mer. 19 h 10 à 19 h 55	CCCA	2015-01-14	170 $

PHOTOGRAPHIE

Club photo F : 1

- Responsable : Jessica Tremblay, clubphotof1@gmail.com
- Réunion et séance d'inscription : 16 septembre, à 19 h, au centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ACTIVITÉS PHOTOGRAPHIQUES

- Responsable : Denis Alain, denisalain00@hotmail.com
- Rencontres mensuelles portant sur des discussions relatives à la photographie
- Ateliers, conférences et sorties

AUTOMNE ET HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3001	02	Jeunes et adultes	2e mardi du mois 19 h à 21 h	CCNB	2014-09-16	10 fois	40 $

STUDIO PHOTO

- Responsable : Jessica Tremblay; clubphotof1@gmail.com
- Studio de photographie communautaire accessible aux membres pendant les heures d'ouverture du centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)
- Connaissance de base en photographie de studio nécessaire
- Appareil réflexe nécessaire

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3001	01	Adultes	Activité libre	CCNB	2014-09-16	41 sem.	70 $

STUDIO PHOTO ET ACTIVITÉS PHOTOGRAPHIQUES (Combiné)

- Responsable : Jessica Tremblay; clubphotof1@gmail.com
- Combinaison de l'accès au studio et aux activités photographiques

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3001	03	Adultes	Activité libre	CCNB	2014-09-16	41 sem.	100 $

PHOTOGRAPHIE NUMÉRIQUE

- Responsable : Robert Sylvestre, 418 666-4343, robsyl@yahoo.com
- Équipement obligatoire : appareil réflexe numérique et manuel d'instructions
- Cours aux deux semaines

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3002	01	16 ans et +, débutant	Mer. 19 h à 21 h	CCNB	2014-09-17	6 sem.	90 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3002	51	16 ans et +, débutant	Mer. 19 h à 21 h	CCNB	2015-01-14	6 sem.	90 $

SCOUTISME

GROUPE SCOUT DE CAP-ROUGE (Activités du)

- Renseignements : Isabelle Martineau, 418 872-3774; groupe_scout-cap-rouge@hotmail.com

Le scoutisme est un mouvement éducatif axé sur le plein air, la débrouillardise, l'ouverture au monde, l'autonomie et l'engagement civique. Le groupe scout de Cap-Rouge permet à chacun des quelque 100 jeunes qu'il accueille de développer son sens des responsabilités et son engagement collectif à travers des jeux, des projets et des camps, et de vivre des expériences enrichissantes.

Horaire

- Castors (mixte), de 7 à 9 ans : vendredi, de 19 h à 21 h
- Louveteaux, de 9 à 11 ans : lundi, de 19 h à 20 h 30 ou vendredi, de 19 h à 21 h
- Louvettes, de 9 à 11 ans : vendredi, de 19 h à 21 h
- Éclaireurs-intrépides (mixte), de 12 à 13 ans : lundi, de 19 h à 21 h
- Pionniers-pionnières (mixte), de 14 à 17 ans : mardi, de 19 h à 21 h
- Carrefour (mixte), de 17 à 21 ans : (jour à déterminer), de 19 h à 21 h

Modalités d'inscription

- Préinscription des anciens membres : pendant les réunions, de la mi-mai à la mi-juin
- Inscription des nouveaux membres : le 5 septembre, de 19 h à 20 h 30, dans nos locaux situés au sous-sol du centre communautaire de Cap-Rouge (CCCR) (entrée indépendante située sur le coin arrière de l'immeuble)
- Apporter une photocopie de sa carte d'assurance-maladie, un justificatif de domicile (preuve de résidence) et son chéquier.

Coûts*

120 $	1er enfant de la famille
100 $	2e enfant
80 $	3e enfant et suivants

*Les tarifs peuvent changer; ils sont déterminés lors de l'assemblée générale qui a lieu en septembre.

*Les coûts comprennent l'inscription, les assurances et les activités hebdomadaires. Le prix des uniformes et de la participation aux camps en sus.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

45e GROUPE SCOUT ET GUIDE DE SAINT-YVES (Activités du)

- Renseignements : Martin Ouellet, 418 945-1476, martin@kadx.org
- Jeunes de 7 à 21 ans
- Réunions hebdomadaires et camps pour développer l'esprit d'équipe, la débrouillardise et la personnalité
- Inscription en septembre, au sous-sol de l'église Saint-Yves
- Coût : 90 $

SCRABBLE

CLUB DE SCRABBLE MONTCALM (Activités du)

- Responsable : Jean-François Lachance, 418 657-4586
- Présence hebdomadaire non obligatoire
- Apporter son jeu de scrabble

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRA3004	01	Tous	Mar. 19 h 30 à 22 h	CCNB	2014-09-02	16 sem.	Adultes/3$/soir Adolescents/ gratuit

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRA3004	51	Tous	Mar. 19 h 30 à 22 h	CCNB	2015-01-13	23 sem.	Adultes/3$/soir Adolescents/ gratuit

SÉCURITÉ NAUTIQUE

ESCADRILLE QUÉBEC ECP (Activités de l')

- Renseignements et inscription : Louis Dorais, 418 614-3537, info@ecpquebec.org; www.ecpquebec.org
- Chèque libellé à l'ordre de l'Escadrille Québec ECP

NAVIGATION DE PLAISANCE

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NAUT3001	01	16 ans et +	Mar. 19 h à 22 h	CCNB	2014-09-16	13 sem.	300 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NAUT3001	51	16 ans et +	Mar. 19 h à 22 h	CCNB	2015-01-07	13 sem.	300 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

MÉTÉO MARINE

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NAUT3003	51	16 ans et +	Mer. 19 h à 22 h	CCNB	2015-01-21	8 sem.	200 $

RADIO VHF/ASN

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NAUT3002	01	16 ans et +	Lun. 19 h à 22 h	CCNB	2014-09-22 et 2014-10-06	2 soirs	90 $
NAUT3002	02	16 ans et +	Lun. 19 h à 22 h	CCNB	2014-10-27 et 2014-11-10	2 soirs	90 $
NAUT3002	03	16 ans et +	Lun. 19 h à 22 h	CCNB	2014-11-24 et 2014-12-08	2 soirs	90 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NAUT3002	51	16 ans et +	Lun. 19 h à 22 h	CCNB	2015-01-26 et 2015-02-09	2 soirs	90 $
NAUT3002	52	16 ans et +	Lun. 19 h à 22 h	CCNB	2015-02-23 et 2015-03-09	2 soirs	90 $
NAUT3002	53	16 ans et +	Lun. 19 h à 22 h	CCNB	2015-03-23 et 2015-03-30	2 soirs	90 $

VOILE

- Préalable : cours de navigation de plaisance

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
NAUT3005	01	16 ans et +	Mer. 19 h à 22 h	CCNB	2014-09-24	12 sem.	200 $

SOCIÉTÉ ARTISTIQUE ET CULTURELLE DE QUÉBEC (Activités de la)

- Renseignements : Ginette Bourassa, SACQ_Ginette_Bourassa@hotmail.com; www.sacquebec.com; 418 641-6301, poste 3329 et par les réseaux sociaux
- Activités : dessin (ateliers payants), portrait (ateliers payants), modèle vivant (ateliers payants), peinture (ateliers libres), émaux sur cuivre (ateliers libres), démonstrations *Jeudi artistique*, le premier jeudi du mois (activités payantes), accès au bulletin *l'Esquisse* et aux autres publications, expositions collectives (4 par année à la bibliothèque Charles-H.-Blais ou à la bibliothèque Monique-Corriveau), symposiums : mars (PLace Laurier), juin (Visit'Art-Québec), septembre (Journées de la culture), activités sociales, etc.
- Endroit : centre communautaire Claude-Allard, local 101 (CCCA)
- Inscription : en tout temps, par la poste seulement (1130, route de l'Église, Québec G1V 4X6) du 1er septembre au 31 août
- Journées de la culture : les 27, 28 et 29 septembre, rencontre entre les membres et le grand public au centre communautaire Claude-Allard, de 12 h à 16 h

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3001	01	Adultes	CCCA	2014-09-15	52 sem.	35 $

TISSAGE

La Ruche (Organisme de tisserandes)

- Renseignements et inscription : Jocelyne Girard, 418 683-9954; Élizabeth Robichaud, 418 527-0420
- Organisme à but non lucratif regroupant des personnes ayant un intérêt pour le tissage basse lisse
- Adhésion annuelle : 50 $
- Endroit : centre communautaire Noël-Brulart (CCNB)

VITRAIL

École de vitrail Carole Deslauriers

- Renseignements et inscription : Carole Deslauriers, 418 828-9280 ou 418 641 6301, poste 1536
- Création, choix de verre, technique du vitrail, grisaille, gravure et projet personnel
- Chèque libellé à l'ordre de Carole Deslauriers
- Au moment de l'inscription, réserver deux plages horaires qui vous conviennent parmi les choix présentés à la page 158

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3003	01	Tous les niveaux	Lun. 12 h 45 à 15 h 45 ou 18 h à 22 h	CCNB	2014-09-08	12 sem.	299 $ 385 $
VITR3003	02	Tous les niveaux	Mar. 9 h à 12 h ou 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2014-09-09	12 sem.	299 $
VITR3003	03	Tous les niveaux	Mer. 9 h à 12 h ou 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2014-09-10	12 sem.	299 $
VITR3003	04	Tous les niveaux	Jeu. 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2014-09-11	12 sem.	299 $
VITR3003	05	Tous les niveaux	Sam. 9 h à 12 h	CCNB	2014-09-06	12 sem.	299 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3003	51	Tous les niveaux	Lun. 12 h 45 à 15 h 45 ou 18 h à 22 h	CCNB	2015-01-12	12 sem.	299 $ 385 $
VITR3003	52	Tous les niveaux	Mar. 9 h à 12 h ou 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2015-01-13	12 sem.	299 $
VITR3003	53	Tous les niveaux	Mer. 9 h à 12 h ou 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2015-01-14	12 sem.	299 $
VITR3003	54	Tous les niveaux	Jeu. 12 h 45 à 15 h 45 ou 19 h à 22 h	CCNB	2015-01-15	12 sem.	299 $
VITR3003	55	Tous les niveaux	Sam. 9 h à 12 h	CCNB	2015-01-10	12 sem.	299 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Loisirs de quartier

Champigny et Chauveau

Loisirs Laurentien inc.

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

ABDO-FESSIERS

- Renseignements : 418 522-3865; oxygene@live.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3801	01	16 ans et + Débutant à avancé	Lun. 19 h à 20 h	CTS	2014-09-15	12 sem.	85 $
MUSC3801	02	16 ans et + Débutant à avancé	Mer. 19 h à 20 h	CLSA	2014-09-17	12 sem.	85 $

HIVER

- Cours des 2 et 4 mars et du 6 avril annulés

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3801	51	16 ans et + Débutant à avancé	Lun. 19 h à 20 h	CTS	2015-01-19	12 sem.	85 $
MUSC3801	52	16 ans et + Débutant à avancé	Mer. 19 h à 20 h	CLSA	2015-01-21	12 sem.	85 $

ACTIVITÉ PHYSIQUE, VIE ACTIVE 50 ANS ET PLUS

- Responsable : Huguette Lefrançois, 418 652-1624; lefrancois_h@yahoo.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACPH3800	01	50 ans et + Débutant	Lun., jeu. 10 h à 11 h 30	CCC	2014-09-15	12 sem.	25 $

HIVER

- Cours des 2 et 5 mars et du 6 avril annulés

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACPH3800	51	50 ans et + Débutant	Lun., jeu. 10 h à 11 h 30	CCC	2015-01-19	12 sem.	25 $

DANSE EN LIGNE

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3800	01	Adultes Débutant	Ven. 13 h à 14 h 30	CCC	2014-09-19	12 sem.	40 $
DANS3800	02	Adultes Intermédiaire	Lun. 13 h à 14 h 30	CCC	2014-09-15	12 sem.	40 $

HIVER

- Cours des 2 et 6 mars et des 3 et 6 avril annulés

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3800	51	Adultes Débutant	Ven. 13 h à 14 h 30	CCC	2015-01-23	12 sem.	40 $
DANS3800	52	Adultes Intermédiaire	Lun. 13 h 30 à 15 h	CCC	2015-01-19	12 sem.	40 $

DESSIN D'OBSERVATION

- Responsable : Manon L'Hérault, 418 877-6987; manon.lherault@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Matériel de base nécessaire (coût en sus)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3800	01	16 ans et + Débutant et avancé (groupe I)	Jeu. 12 h 30 à 15 h 30	CTS	2014-09-18	12 sem.	142 $
DESS3800	02	16 ans et + Débutant et avancé (groupe II)	Jeu. 8 h 30 à 11 h 30	CTS	2014-09-18	12 sem.	142 $

HIVER

- Cours du 5 mars annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3800	51	16 ans et + Débutant et avancé (groupe I)	Jeu. 12 h 30 à 15 h 30	CTS	2015-01-22	12 sem.	142 $
DESS3800	52	16 ans et + Débutant et avancé (groupe II)	Jeu. 8 h 30 à 11 h 30	CTS	2015-01-22	12 sem.	142 $

MUSCLEZ VOS MÉNINGES

- Responsable : Ghislaine Martin, 418 651-3574; ghislainemartin@videotron.ca
- Vitalité intellectuelle et amélioration de la mémoire
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACME3002	01	18 ans et + Débutant	Mer. 9 h 30 à 11 h 30	CCC	2014-09-17	12 sem.	80 $
ACME3002	02	18 ans et + Débutant	Jeu. 9 h 30 à 11 h 30	CTS	2014-09-18	12 sem.	80 $

HIVER

- Cours des 4 et 5 mars annulés

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACME3002	51	18 ans et + Débutant	Mer. 9 h 30 à 11 h 30	CCC	2015-01-21	12 sem.	80 $
ACME3002	52	18 ans et + Débutant	Jeu. 9 h 30 à 11 h 30	CTS	2015-01-22	12 sem.	80 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

PEINTURE, ATELIER SUR LA COULEUR

- Responsable : Manon L'Hérault, 418 877-6987; manon.lherault@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Matériel de base nécessaire

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3800	01	16 ans et +	Sam. 12 h à 16 h	CTS	2014-11-22	1 jour	30 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3800	51	16 ans et +	Sam. 12 h à 16 h	CTS	2015-03-14	1 jour	30 $

PEINTURE SUR TOILE ET SUR BOIS

- Responsable : Manon L'Hérault, 418 877-6987; manon.lherault@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Matériel de base nécessaire (à apporter)
- Cours du mercredi soir offert par Johanne St-Cyr

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3892	01	16 ans et + Débutant à avancé	Mar. 8 h 30 à 11 h 30	CTS	2014-09-16	12 sem.	142 $
PEIN3892	02	16 ans et + Débutant à avancé	Mar. 12 h 30 à 15 h 30	CTS	2014-09-16	12 sem.	142 $
PEIN3892	03	16 ans et + Débutant à avancé	Mer. 12 h 30 à 15 h 30	CTS	2014-09-17	12 sem.	142 $

HIVER

- Cours des 3 et 4 mars annulés

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3892	51	16 ans et + Débutant à avancé	Mar. 8 h 30 à 11 h 30	CTS	2015-01-20	12 sem.	142 $
PEIN3892	52	16 ans et + Débutant à avancé	Mar. 12 h 30 à 15 h 30	CTS	2015-01-20	12 sem.	142 $
PEIN3892	53	16 ans et + Débutant à avancé	Mer. 12 h 30 à 15 h 30	CTS	2015-01-21	12 sem.	142 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

YOGA

- Responsable : Louis Laliberté, 418 878-4233; louis-laliberte@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Thèmes abordés : relaxation, respiration, pleine conscience de soi, etc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3811	01	Adultes Intermédiaire	Mar. 18 h 30 à 20 h	CTS	2014-09-16	12 sem.	115 $
YOGA3811	02	Adultes Débutant	Mar. 20 h à 21 h 30	CTS	2014-09-16	12 sem.	115 $
YOGA3811	03	Adultes Débutant	Ven. 10 h à 11 h 30	CCC	2014-09-19	12 sem.	115 $

HIVER

- Cours des 3 et 6 mars et du 3 avril annulés

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
YOGA3811	51	Adultes Intermédiaire	Mar. 18 h 30 à 20 h	CTS	2015-01-20	12 sem.	115 $
YOGA3811	52	Adultes Débutant	Mar. 20 h à 21 h 30	CTS	2015-01-20	12 sem.	115 $
YOGA3811	53	Adultes Débutant	Ven. 10 h à 11 h 30	CCC	2015-01-23	12 sem.	115 $

CLUB DE L'ÂGE D'OR CHAUVEAU (Activités du)

- Renseignements : Rosaire Paradis, 418 872-7469
- Inscription sur place lors des activités
- Carte de membre : 5 $
- Soirées de danse les samedis, de 20 h à minuit, à l'école L'Étincelle (1401, rue de l'Étincelle)
- Entrée : 8 $, membres; 10 $, autres

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Activités

- 13 et 27 septembre : à déterminer
- 11 octobre : temps des pommes
- 25 octobre : Halloween
- 8 et 22 novembre : à déterminer
- 13 décembre : Noël
- 31 décembre : Saint-Sylvestre
- 10 janvier : les Rois
- 24 janvier : à déterminer
- 14 février : Saint-Valentin
- 28 février : à déterminer
- 14 et 28 mars : à déterminer
- 11 avril : Pâques
- 25 avril : souper et remise du rapport financier
- 9 mai : fête des Mères
- 23 mai : fête des Pères

CLUB FADOQ LA FONTAINE DE JOUVENCE (Activités du)

- Renseignements : Huguette Boivin, 418 872-8480
- Activités habituelles : cartes, pétanque sur tapis, pétanque-atout
- Horaire : lundi et mercredi, de 13 h à 16 h, au centre de loisirs Saint-Ange (CLSA)
- Carte de membres : 24 $, membre; 15 $, ami
- Inscription (sur place lors des activités)
  - Automne : du 8 septembre au 10 décembre
  - Hiver : du 12 janvier au 13 mai

Activités spéciales

- 7 septembre : épluchette de blé d'Inde
- 6 octobre et 9 mars : tournoi de pétanque-atout
- 29 octobre : Halloween
- 17 novembre et 13 avril : tournoi de pétanque sur tapis
- 14 décembre : souper et soirée de Noël
- 11 février : Saint-Valentin
- 25 février : tournoi de cartes (500)
- 11 février : Saint-Valentin
- 24 mars : sortie à la cabane à sucre
- 17 mai : souper de fin d'année et assemblée générale annuelle

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Notre-Dame-de-Foy

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AÉROBIE (*Kangoo Jumps*)

- Renseignements : Audrey Percheron, kangooquebec@gmail.com
- Entraînement aérobique avec chaussures de sport munies d'un arceau qui permet de réduire l'impact sur les articulations
- Bottes Kangoo obligatoires; possibilité de les louer auprès de la responsable (35 $ par session)
- Tenue de sport confortable avec chaussettes hautes obligatoires
- Bouteille d'eau nécessaire
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3016	01	12 ans et + Tous les niveaux	Jeu. 20 h à 21 h	END	2014-09-18	12 sem.	85 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3016	51	12 ans et + Tous les niveaux	Jeu. 20 h à 21 h	END	2015-01-22	12 sem.	85 $

BADMINTON (Location de courts)

- Responsable : loisirs.stefoy@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Location le 13 octobre impossible

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3017	01	Adultes	Lun. 20 h à 22 h	END	2014-09-15	12 sem.	150 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

- Location le 6 avril impossible

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3017	51	Adultes	Lun. 20 h à 22 h	END	2015-01-19	12 sem.	150 $

ZUMBA

- Responsable : Valérie Laliberté, 418 262-8253; val.laliberte@hotmail.com
- Programme de conditionnement physique colombien s'appuyant sur des rythmes et des chorégraphies inspirés des danses latines
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3017	01	16 ans et +	Lun. 18 h 45 à 19 h 45	END	2014-09-15	12 sem.	85 $

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3017	51	16 ans et +	Lun. 18 h 45 à 19 h 45	END	2015-01-19	12 sem.	85 $

Cercle de fermières Notre-Dame-de-Foy

- Responsable : Pierrette Tremblay, 418 658-0026
- Activités : tissage, tricot, broderie, couture et autres cours et ateliers, selon la programmation du mois
- Portes ouvertes du lundi au jeudi, de 12 h 30 à 16 h 30

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACSO3003	01	Adultes	Lun., mar. 12 h 15 à 16 h 30 Mer. 12 h 15 à 21 h Jeu. 9 h à 16 h 30 3e mercredi du mois 12 h 15 à 22 h	CLNDF	En continu	40 sem.	12,30 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Saint-Benoît

Loisirs Saint-Benoît inc.

- Responsable de la programmation : Senso Laau, loisirsst-benoit@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Activité communautaire (épluchette de blé d'Inde et jeux de société) le 23 août, de 12 h à 19 h, au Campanile
- Activité communautaire (Halloween) le 25 octobre, de 13 h à 17 h, au centre de loisirs Saint-Benoît (CLSB)
- Activité communautaire (party de Noël) le 13 décembre, de 13 h à 17 h, au centre de loisirs Saint-Benoît (CLSB)

AIDE À LA LECTURE EN FRANÇAIS OU EN ANGLAIS (Atelier d')

- Responsable : Senso Laau, loisirsst-benoit@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Matériel nécessaire : un dictionnaire, un cahier et un crayon
- Durée : de 20 à 40 minutes selon le niveau des élèves, leur nombre et leur groupe d'âge

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACJE3003	01	6 ans et +	Mar. 16 h à 19 h 30	CLSB	2014-09-16	12 sem.	20 $
ACJE3003	02	6 ans et +	Mer. 16 h à 18 h 30	CLSB	2014-09-17	12 sem.	20 $
ACJE3003	03	6 ans et +	Jeu. 16 h à 18 h 30	CLSB	2014-09-18	12 sem.	20 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACJE3003	51	6 ans et +	Mar. 16 h à 19 h 30	CLSB	2015-01-20	12 sem.	20 $
ACJE3003	52	6 ans et +	Mer. 16 h à 18 h 30	CLSB	2015-01-21	12 sem.	20 $
ACJE3003	53	6 ans et +	Jeu. 16 h à 18 h 30	CLSB	2015-01-22	12 sem.	20 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

BADMINTON (Club de)

- Responsable : Danielle Lamontagne, 418 657-5183
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Raquettes et volants non fournis

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3003	01	Adultes	Lun. 20 h à 21 h 30	EPF	2014-09-15	12 sem.	20 $
BADM3003	02	Adultes	Mar. 20 h à 21 h 30	EPF	2014-09-16	12 sem.	20 $
BADM3003	03	Adultes	Mer. 20 h à 21 h 30	EPF	2014-09-17	12 sem.	20 $
BADM3003	04	Adultes, intermédiaire	Lun. 18 h 30 à 20 h	EPF	2014-09-15	12 sem.	20 $
BADM3003	05	Adultes, intermédiaire	Mer. 18 h 30 à 20 h	EPF	2014-09-17	12 sem.	20 $

HIVER

- Activité du 6 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3003	51	Adultes	Lun. 20 h à 21 h 30	EPF	2015-01-19	12 sem.	20 $
BADM3003	52	Adultes	Mar. 20 h à 21 h 30	EPF	2015-01-20	12 sem.	20 $
BADM3003	53	Adultes	Mer. 20 h à 21 h 30	EPF	2015-01-21	12 sem.	20 $
BADM3003	54	Adultes, intermédiaire	Lun. 18 h 30 à 20 h	EPF	2015-01-19	12 sem.	20 $
BADM3003	55	Adultes, intermédiaire	Mer. 18 h 30 à 20 h	EPF	2015-01-21	12 sem.	20 $

DANSE

BALADI

- Responsable : Nadia Ringuet, 418 653-2490
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Vêtements confortables et foulard sur les hanches

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3081	01	5 à 9 ans, débutant	Sam. 10 h à 11 h	CLSB	2014-09-20	12 sem.	40 $
DANS3081	02	10 à 12 ans, débutant	Sam. 11 h à 12 h	CLSB	2014-09-20	12 sem.	40 $
DANS3082	02	Adultes, fusion Bollywood	Mar. 20 h à 21 h	CLSB	2014-09-16	12 sem.	40 $
DANS3082	01	Adultes, intermédiaire	Mar. 19 h à 20 h	CLSB	2014-09-16	12 sem.	40 $
DANS3079	02	Adultes, débutant 1	Jeu. 19 h à 20 h	CLSB	2013-09-18	12 sem.	40 $
DANS3002	01	Adultes, fusion styles gitans	Jeu. 20 h à 21 h	CLSB	2013-09-18	12 sem.	40 $
DANS3080	01	Troupe 1 et 2	Lun. 18 h 30 à 21 h 30	CLSB	2014-09-15	12 sem.	40 $*

*Rabais de 50 % accordé aux personnes s'inscrivant à un cours de baladi applicable à ce montant

HIVER

- Cours des 4 et 6 avril annulés

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3081	51	5 à 9 ans	Sam. 10 h à 11 h	CLSB	2015-01-24	12 sem.	40 $
DANS3081	52	10 à 12 ans	Sam. 11 h à 12 h	CLSB	2015-01-24	12 sem.	40 $
DANS3082	52	Adultes, folklore Égypte	Mar. 20 h à 21 h	CLSB	2015-01-20	12 sem.	40 $
DANS3082	51	Adultes, intermédiaire	Mar. 19 h à 20 h	CLSB	2015-01-20	12 sem.	40 $
DANS3002	51	Adultes, débutant 2	Jeu. 19 h à 20 h	CLSB	2015-01-22	12 sem.	40 $
DANS3004	51	Adultes, débutant 1	Jeu. 20 h à 21 h	CLSB	2015-01-22	12 sem.	40 $
DANS3080	51	Troupe 1 et 2	Lun. 18 h 30 à 21 h 30	CLSB	2015-01-19	12 sem.	40 $*

*Rabais de 50 % accordé aux personnes s'inscrivant à un cours de baladi applicable à ce montant

BALLET CLASSIQUE

- Responsable : Christy Turgeon, 418 575-0387; balletchristy@gmail.com; www.facebook.com/Académiedeballetchristy
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Tenue de ballet obligatoire
  - De 3 à 7 ans, maillot de ballet, collant et chaussures « rose ballet »
  - 8 ans et plus, maillot de ballet noir, collant et chaussures « rose ballet »
- Cheveux noués
- Spectacle de Noël : *Casse-Noisette*, spectacle du printemps suivant : *Coppélia*

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3008	01	3 à 4 ans Danse enfantine	Sam. 9 h à 10 h	CLSB	2014-09-20	13 sem.	100 $
DANS3008	02	4 à 5 ans Introduction au ballet	Sam. 10 h à 11 h	CLSB	2014-09-20	13 sem.	100 $
DANS3008	03	5 à 6 ans Pré-ballet	Sam. 11 h à 12 h	CLSB	2014-09-20	13 sem.	100 $
DANS3008	04	6 à 8 ans Ballet 1-2	Sam. 12 h à 13 h	CLSB	2014-09-20	13 sem.	100 $
DANS3008	05	7 à 10 ans Ballet élémentaire 1	Ven. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2014-09-19	13 sem.	125 $
DANS3008	06	8 à 10 ans Ballet élémentaire 2	Ven. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2014-09-19	13 sem.	125 $
DANS3008	07	11 à 15 ans Ballet élémentaire 3	Ven. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2014-09-19	13 sem.	125 $
DANS3008	08	15 ans et + Ballet intermédiaire	Jeu. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2014-09-18	13 sem.	125 $
DANS3008	09	15 ans et + Ballet débutant	Mer. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2014-09-17	13 sem.	125 $
DANS3008	10	15 ans et + Ballet élémentaire	Jeu. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2014-09-18	13 sem.	125 $
DANS3111	01	11 à 14 ans Pointes et néo	Mar. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2014-09-16	13 sem.	125 $
DANS3109	02	8 à 10 ans, débutant Intro pointes et néo	Mer. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2014-09-17	13 sem.	125 $
DANS3108	01	15 ans et +, débutant Intro pointes et néo	Lun. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2014-09-15	13 sem.	125 $
DANS3107	01	15 ans et +, intermédiaire Pointes et néo	Lun. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2014-09-15	13 sem.	125 $
DANS3109	01	15 ans et +, avancé Pointes et néo	Mar. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2014-09-16	13 sem.	160 $
DANS3118	01	15 ans et + Stretching et workout de ballet	Mar. 17 h à 18 h	CLSB	2014-09-16	13 sem.	100 $ t +

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

- Cours des 3, 4 et 5 mars et des 3, 4 et 6 avril annulés

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3008	51	3 à 4 ans Danse enfantine	Sam. 9 h à 10 h	CLSB	2015-01-24	15 sem.	115 $
DANS3008	52	4 à 5 ans Introduction au ballet	Sam. 10 h à 11 h	CLSB	2015-01-24	15 sem.	115 $
DANS3008	53	5 à 6 ans Pré-ballet	Sam. 11 h à 12 h	CLSB	2015-01-24	15 sem.	115 $
DANS3008	54	6 à 8 ans Ballet 1-2	Sam. 12 h à 13 h 15	CLSB	2015-01-24	15 sem.	115 $
DANS3008	55	7 à 10 ans Ballet élémentaire 1	Ven. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2015-01-23	15 sem.	145 $
DANS3008	56	8 à 10 ans Ballet élémentaire 2	Ven. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2015-01-23	15 sem.	145 $
DANS3008	57	11 à 15 ans Ballet élémentaire 3	Ven. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2015-01-23	15 sem.	145 $
DANS3008	58	15 ans et + Ballet intermédiaire	Jeu. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2015-01-22	15 sem.	145 $
DANS3008	59	15 ans et + Ballet débutant	Mer. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2015-01-21	15 sem.	145 $
DANS3008	60	15 ans et + Ballet élémentaire	Jeu. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2015-01-22	15 sem.	145 $
DANS3111	51	11 à 14 ans, avancé Pointes et néo	Mar. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2015-01-20	15 sem.	145 $
DANS3109	52	8 à 10 ans, débutant Intro pointes et néo	Mer. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2015-01-21	15 sem.	145 $
DANS3108	51	15 ans et +, débutant Intro pointes et néo	Lun. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2015-01-19	15 sem.	145 $
DANS3107	51	15 ans et +, intermédiaire. Pointes et néo	Lun. 18 h 15 à 19 h 45	CLSB	2015-01-19	15 sem.	145 $
DANS3109	51	15 ans et +, avancé Pointes et néo	Mar. 19 h 45 à 21 h 15	CLSB	2015-01-20	15 sem.	190 $
DANS3118	51	15 ans et + Stretching et workout de ballet	Mar. 17 h à 18 h	CLSB	2015-01-20	15 sem.	115 $ t +

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

DANSE FOLKLORIQUE INTERNATIONALE

- Responsables : Fernande Langlais, 418 657-6829, et Lucile Turcot, 418 683-4660
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3011	01	Adultes, débutant	Lun. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2014-09-15	12 sem.	20 $
DANS3011	02	Adultes, intermédiaire et avancé	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	CLSB	2014-09-15	12 sem.	40 $

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3011	51	Adultes, débutant	Lun. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2015-01-19	15 sem.	25 $
DANS3011	52	Adultes, intermédiaire et avancé	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	CLSB	2015-01-19	15 sem.	50 $

DANSE SALSA LATINO

- Responsable : Guy Latulippe, 418 656-9705 ou 418 951-4547
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Danse seul ou en couple

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3084	01	Débutant 1 et 2	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CLSB	2014-09-18	12 sem.	90 $

DANSE SOCIALE

- Responsable : Guy Latulippe, 418 656-9705 ou 418 951-4547
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Danse seul ou en couple

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3041	01	Débutant 1 et 2	Mar. 19 h 30 à 20 h 30	CLSB	2014-09-16	12 sem.	90 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

DESSIN (Atelier dirigé)

- Responsable : Françoise Lafleur, 418 658-2356
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Matériel nécessaire : crayons à mine BH et crayons de couleur, encre et pinceaux
- Cours du samedi : regroupement des enfants selon l'âge et le nombre

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AAQL3001	01	5 à 12 ans	Sam. 10 h à 11 h	CLSB	2014-09-27	11 sem.	50 $
DESS3007	01	Adultes	Mar. 18 h 30 à 20 h 30	CLSB	2014-09-16	12 sem.	60 $

HIVER

- Cours du 4 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AAQL3001	51	5 à 12 ans	Sam. 10 h à 11 h	CLSB	2015-01-31	11 sem.	50 $
DESS3007	51	Adultes	Mar. 18 h 30 à 20 h 30	CLSB	2015-01-20	12 sem.	60 $

ESPAGNOL (Conversation)

- Responsable : Patricia Salinas Castaneda, 418 446-3205
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3020	01	Adultes, débutant	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2014-09-18	12 sem.	60 $
LANG3020	02	Adultes, intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CLSB	2014-09-18	12 sem.	60 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3020	51	Adultes, débutant	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2015-01-22	12 sem.	60 $
LANG3020	52	Adultes, intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CLSB	2015-01-22	12 sem.	60 $

ÉVEIL MUSICAL

- Responsable : Stéphanie Dubé, 418 668-9110; papisteph@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CHAN3002	01	3 à 5 ans	Sam. 9 h à 10 h	CLSB	2014-09-27	12 sem.	70 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

- Cours du 4 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CHAN3002	51	3 à 5 ans	Sam. 9 h à 10 h	CLSB	2015-01-31	11 sem.	70 $

GARDIENS AVERTIS

- Responsable : Josée Godin, 418 878-3896
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Matériel nécessaire : une poupée, du papier, un crayon
- Dîner et deux collations à apporter
- Coût du matériel : 16 $

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GARA3001	01	11 à 16 ans	Sam. 8 h 15 à 16 h 30	CLSB	2014-09-20	1 jour	35 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GARA3001	51	11 à 16 ans	Sam. 8 h 15 à 16 h 30	CLSB	2015-01-24	1 jour	35 $

GUITARE CLASSIQUE

- Responsable : Jacques Lavoie, 418 622-0537
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Durée : de 30 à 45 min, selon le niveau des élèves et leur nombre

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3002	01	7 ans et +	Lun. 16 h 30 à 19 h 30	CLSB	2014-09-15	12 sem.	155 $/17 ans et - 175 $/18 ans et +

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3002	51	7 ans et +	Lun. 16 h 30 à 19 h 30	CLSB	2015-01-19	20 sem.	255 $/17 ans et - 290 $/18 ans et +

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

GUITARE D'ACCOMPAGNEMENT

- Responsable : Jacques Lavoie, 418 622-0537
- Durée : de 30 à 45 min, selon le niveau des élèves et leur nombre
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3004	01	7 ans et +	Lun. 20 h 15 à 21 h 45	CLSB	2014-09-15	12 sem.	155 $/17 ans et - 175 $/18 ans et +

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSI3003	51	7 ans et +, débutant	Lun. 19 h 30 à 20 h 15	CLSB	2015-01-19	20 sem.	255 $/17 ans et - 290 $/18 ans et +
MUSI3004	51	7 ans et +, initié	Lun. 20 h 15 à 21 h 45	CLSB	2015-01-19	20 sem.	255 $/17 ans et - 290 $/18 ans et +

MANDARIN (Initiation au)

- Responsable : Victoria Chen, 418 651-7404; vcmontana@yahoo.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3049	01	16 ans et +, débutant	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2014-09-18	12 sem.	60 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3049	51	16 ans et +, débutant	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	CLSB	2015-01-22	12 sem.	60 $
LANG3049	52	16 ans et +, initié	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	CLSB	2015-01-22	12 sem.	60 $

MAQUILLAGE ARTISTIQUE (Atelier sur le)

- Responsable : Lucie Gosselin, 418 657-1082; magie@sympatico.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3012	01	16 ans et +	Mar. 19 h à 21 h	CLSB	2014-10-07	3 sem.	80 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

MARCHE (Club de)

- Responsable : Yves Mercier, 418 658-6125
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Activité du 13 octobre annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MARC3001	01	18 ans et +	Lun., jeu. 19 h à 20 h	CLSB	2014-09-15	12 sem.	5 $

HIVER

- Activité du 6 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MARC3001	51	18 ans et +	Lun., jeu. 19 h à 20 h	CLSB	2015-01-19	12 sem.	7 $

MÉDITATION

- Responsable : Michelle Tremblay, devamichelle@oricom.ca
- Renseignements : www.devamichelle.vpweb.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MEDI3004	01	Adultes	Mer. 19 h à 21 h	CLSB	2014-09-17	10 sem.	80 $

PEINTURE

- Responsable : Diana Rodriguez-Pinzon, 418 650-6844
- Initiation à la peinture acrylique et aux techniques mixtes
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Coût du matériel en sus

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3008	01	Adultes, débutant	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	CLSB	2014-09-17	10 sem.	115 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3008	51	Adultes, débutant	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	CLSB	2015-01-21	10 sem.	115 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

SCOUTISME

83e groupe scout Saint-Benoît

- Responsable : Ariane Blais-Lacombe, 418 999-3802; ablac@hotmail.com
- Horaire à déterminer
- Chèque de 70 $ libellé à l'ordre des Scouts Saint-Benoît

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCOU3003	01	Louveteaux 9 à 12 ans	Lun. 18 h 30 à 20 h 30	ECVC	2014-09-15	40 sem.	15 $
SCOU3005	01	Éclaireurs 12 à 15 ans	Lun. 19 h à 21 h	ECVC	2014-09-15	40 sem.	15 $

WORKOUT ET TONIFICATION

- Responsable : Maria Elena De La Torre 418 840-0313 (cours du jeudi)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3002	01	18 ans et +	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	EPF	2014-09-18	12 sem.	75 $/1 fois sem. 140 $/2 fois sem.
CARD3002	02	18 ans et +	Mar. 19 h à 20 h	EPF	2014-09-16	12 sem.	75 $/1 fois sem. 140 $/2 fois sem.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3002	51	18 ans et +	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30	EPF	2015-01-22	12 sem.	75 $/ 1 fois sem. 140 $/2 fois sem.
CARD3002	52	18 ans et +	Mar. 19 h à 20 h	EPF	2015-01-20	12 sem.	75 $/1 fois sem. 140 $/2 fois sem.

ZUMBA

- Responsable : Maria Elena De La Torre, 418 840-0313
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3012	01	18 ans et +	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	EPF	2014-09-18	12 sem.	75 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3012	51	18 ans et +	Jeu. 19 h 30 à 20 h 30	EPF	2015-01-22	12 sem.	75 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CLUB FADOQ BONNE-ENTENTE INC. (Activités du)

- Renseignements : Micheline Bertrand, 418 658-8033
- Bureau situé au centre de loisirs Saint-Benoît (CLSB), ouvert les lundis et mercredis, de 13 h à 15 h, du 15 septembre au 10 décembre et les lundis, du 19 janvier au 27 avril
- Inscription : 10 septembre, de 9 h à 11 h 30 et de 13 h à 15 h 30, au centre de loisirs Saint-Benoît
- Carte de membre au coût de 25 $, obligatoire pour participer aux activités
- Relâche du 15 décembre au 16 janvier

ANGLAIS (Cours d')

- Responsable : Mme Cletus Héreault, 418 650-0932
- Inscription : 10 septembre

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3028	01	Intermédiaire 1 R	Mer. 10 h à 11 h 30	CLSB	2014-09-17	12 sem.	65 $
LANG3029	01	Intermédiaire 1 A	Mar. 10 h à 11 h 30	CLSB	2014-09-16	12 sem.	65 $
LANG3029	02	Intermédiaire 2	Mar. 12 h 45 à 14 h 15	CLSB	2014-09-16	12 sem.	65 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3028	51	Intermédiaire 1 R	Mer. 10 h à 11 h 30	CLSB	2015-01-21	12 sem.	65 $
LANG3029	51	Intermédiaire 1 A	Mar. 10 h à 11 h 30	CLSB	2015-01-20	12 sem.	65 $
LANG3029	52	Intermédiaire 2	Mar. 12 h 45 à 14 h 15	CLSB	2015-01-20	12 sem.	65 $

BILLARD LIBRE

- Responsable : Arthur Lemay, 418 650-2410
- Activité du 13 octobre et des 3 et 6 avril annulées

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BILL3001	01	Membres	Lun. au ven. 9 h à 11 h 30 Lun. au ven. 13 h à 16 h 30	CLSB	2014-09-15	36 sem.	20 $

BRIDGE

- Responsables : Laurent Lamoureux, 418 658-8033; Jean-Yves Uhel, 418 658-6273

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3008	01	Membres	Ven. 13 h à 15 h 30	CLSB	2014-09-19	13 sem.	Gratuit

HIVER

- Activité du 3 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3008	51	Membres	Ven. 13 h à 15 h 30	CLSB	2015-01-23	15 sem.	Gratuit

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsable : Carmen Thibeault, 418 651-3826
- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3004	01	Membres	Lun. 10 h 45 à 11 h 45 Jeu. 9 h à 10 h	CLSB	2014-09-15	34 sem.	Gratuit

DANSE EN LIGNE

- Responsable : Diane Arteau-Nolin, 418 660-2682
- Cours du 13 octobre annulé

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3067	01	Débutant	Mar. 15 h à 16 h 30	CLSB	2014-09-16	12 sem.	60 $
DANS3026	01	Intermédiaire 1	Lun. 15 h à 16 h 30	CLSB	2014-09-15	12 sem.	60 $
DANS3100	01	Intermédiaire 2	Mer. 15 h à 16 h 30	CLSB	2014-09-17	12 sem.	60 $
DANS3030	01	Intermédiaire 3	Lun. 13 h 15 à 14 h 45	CLSB	2014-09-15	12 sem.	60 $
DANS3030	02	Intermédiaire 4	Mer. 13 h à 14 h 30	CLSB	2014-09-17	12 sem.	60 $
DANS3030	03	Intermédiaire 5	Lun. 9 h à 10 h 30	CLSB	2014-09-15	12 sem.	60 $
DANS3102	01	Avancé	Mar. 12 h 45 à 14 h 15	CLSB	2014-09-16	12 sem.	60 $

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3067	51	Débutant	Mar. 15 h à 16 h 30	CLSB	2015-01-20	15 sem.	75 $
DANS3026	51	Intermédiaire 1	Lun. 15 h à 16 h 30	CLSB	2015-01-19	15 sem.	75 $
DANS3100	51	Intermédiaire 2	Mer. 15 h à 16 h 30	CLSB	2015-01-21	15 sem.	75 $
DANS3030	51	Intermédiaire 3	Lun. 13 h 15 à 14 h 45	CLSB	2015-01-19	15 sem.	75 $
DANS3030	52	Intermédiaire 4	Mer. 13 h à 14 h 30	CLSB	2015-01-21	15 sem.	75 $
DANS3030	53	Intermédiaire 5	Lun. 9 h à 10 h 30	CLSB	2015-01-19	15 sem.	75 $
DANS3102	51	Avancé	Mar. 12 h 45 à 14 h 15	CLSB	2015-01-20	15 sem.	75 $

SCRABBLE LIBRE ET DUPLICATA

- Responsables : Laurence Bilodeau, 418 653-8903, et Francine Léveillé, 418 836-2066
- Activités des 13 octobre et 6 avril annulées

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRA3003	02	Membres	Lun., jeu. 13 h à 15 h 45	CLSB	2014-09-15	34 sem.	Gratuit

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Saint-Denys

Loisirs Saint-Denys de Sainte-Foy inc.

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

BADMINTON (LIBRE)

- Responsable : François Lesage, 418 653-3504
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3010	01	Adultes, intermédiaire et avancé	Mar. 19 h à 22 h	ESV	2014-09-16	12 sem.	40 $
BADM3010	02	Adultes, intermédiaire et avancé	Mer. 19 h à 22 h	ESV	2014-09-17	12 sem.	40 $
BADM3010	03	Adultes, intermédiaire et avancé	Ven. 19 h 30 à 22 h 30	ESV	2014-09-19	12 sem.	40 $

HIVER

- Cours du 3 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3010	51	Adultes, intermédiaire et avancé	Mar. 19 h à 22 h	ESV	2015-01-20	12 sem.	40 $
BADM3010	52	Adultes, intermédiaire et avancé	Mer. 19 h à 22 h	ESV	2015-01-21	12 sem.	40 $
BADM3010	53	Adultes, intermédiaire et avancé	Ven. 19 h 30 à 22 h 30	ESV	2015-01-23	12 sem.	40 $

DANSE SOCIALE

- Responsable : Yvan Cossette, 418 658-6923
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3045	01	Adultes, standard d'argent	Mer. 20 h à 21 h	CCCA	2014-09-17	12 sem.	70 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3045	51	Adultes, standard d'argent	Mer. 20 h à 21 h	CCCA	2015-01-21	12 sem.	70 $

DANSE SOCIALE ET LATINO

- Responsable : Yvan Cossette, 418 658-6923
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec, G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3044	01	Adultes, 5e session	Mer. 19 h à 20 h	CCCA	2014-09-17	12 sem.	70 $
DANS3044	02	Adultes, 1re session	Mer. 21 h à 22 h	CCCA	2014-09-17	12 sem.	70 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3044	51	Adultes, 6e session	Mer. 19 h à 20 h	CCCA	2015-01-21	12 sem.	70 $
DANS3044	52	Adultes, 2e session	Mer. 21 h à 22 h	CCCA	2015-01-21	12 sem.	70 $

Saint-Jean-Baptiste-De La Salle

O. P. L. Saint-Jean-Baptiste-De La Salle inc.

BADMINTON (Libre)

- Responsable : Anne Proulx, 418 657-3525
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Activité du 13 octobre annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3002	01	Adultes, tous les niveaux	Lun. 19 h 45 à 22 h	EPFS	2014-09-15	12 sem.	30 $
BADM3007	01	Adultes, avancé	Mer., ven. 19 h 45 à 22 h	EPFS	2014-09-17	12 sem.	55 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

- Activités des 3 et 6 avril annulées

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3002	51	Adultes, tous les niveaux	Lun. 19 h 45 à 22 h	EPFS	2015-01-19	12 sem.	30 $
BADM3007	51	Adultes, avancé	Mer., ven. 19 h 45 à 22 h	EPFS	2015-01-21	12 sem.	55 $

BADMINTON RÉCRÉATIF

- Responsable : Pierre-Armand Lalonde, 418 997-9646; palalonde@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Possibilité pour un parent de s'inscrire avec son enfant : une fiche d'inscription par personne

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3008	01	8 à 14 ans	Sam. 9 h à 10 h 30	EPFS	2014-09-20	13 sem.	25 $/enfant 35 $/parent et enfant

HIVER

- Cours du 4 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3008	51	8 à 14 ans	Sam. 9 h à 10 h 30	EPFS	2015-01-24	13 sem.	25 $/enfant 35 $/parent et enfant

BRICOLAGES ANIMÉS

- Responsable : Caroline Villeneuve, 418 262-2246; caroville13@hotmail.com
- Bricolages animés par Madame À-Brico
- Développement de la créativité et de la motricité fine
- Présence d'un parent nécessaire
- Coût du matériel inclus dans les droits d'inscription
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Cours du 11 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRIC3004	01	4 à 7 ans Débutant	Sam. 10 h 30 à 11 h 30	CLSJB	2014-09-20	8 sem.	50 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

- Cours du 7 mars annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRIC3004	51	4 à 7 ans Débutant	Sam. 9 h à 10 h	CLSJB	2015-01-24	8 sem.	50 $

HOCKEY COSOM

- Responsable : Valérie Lebel (samedi), 418 914-6207, lebelv@hotmail.com; Jonathan Provost (mardi), 418 650-1669, blasko_83@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Activité du 11 octobre annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
HOCK3008	01[1]	5 à 9 ans, accompagné d'un parent	Sam. 10 h 30 à 12 h	EPFS	2014-09-20	13 sem.	20 $*
HOCK3008	02[2]	Adultes, mixte Débutant et intermédiaire	Mar. 20 h à 21 h 30	EPFS	2014-09-16	13 sem.	35 $

*Coût par famille : une fiche d'inscription doit également être remplie par le parent

[1]Formation de deux équipes; possibilité offerte aux parents de jouer (sinon, nous comptons sur les parents pour le bon déroulement de l'activité). Équipement fourni : bâtons, balles et buts

[2]Équipement obligatoire : bâton de hockey cosom (lame et manche de plastique)

HIVER

- Activité du 4 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
HOCK3008	51[1]	5 à 9 ans, accompagné d'un parent	Sam. 10 h 30 à 12 h	EPFS	2015-01-24	13 sem.	20 $*
HOCK3008	52[2]	Adultes, mixte Débutant et intermédiaire	Mar. 20 h à 21 h 30	EPFS	2015-01-20	13 sem.	35 $

*Coût par famille : une fiche d'inscription doit également être remplie par le parent

[1]Formation de deux équipes; possibilité offerte aux parents de jouer (sinon, nous comptons sur les parents pour le bon déroulement de l'activité). Équipement fourni : bâtons, balles et buts

[2]Équipement obligatoire : bâton de hockey cosom (lame et manche de plastique)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

MATINÉES ACTIVES PRÉSCOLAIRES

- Responsable : Dolène Carrier, 418 656-1039; splashtm@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Activités organisées pour permettre aux enfants de bouger et de développer leurs habiletés psychomotrices en présence de leurs parents et d'autres enfants de leur âge
- Matériel mis à leur disposition : raquettes de badminton et de tennis, balles, bâtons et buts de hockey, ballons de soccer et de basketball, cordes à sauter, tapis de sol, etc.

AUTOMNE

- Activité du 12 octobre annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACVA3002	01	1 à 5 ans	Dim. 10 h à 12 h	EPFS	2014-09-21	13 sem.	20 $/famille

HIVER

- Activité du 5 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACVA3002	51	1 à 5 ans	Dim. 10 h à 12 h	EPFS	2015-01-25	13 sem.	20 $/famille

ZUMBA

- Responsable le mardi : Valérie Laliberté, 418 262-8253, val.laliberte@hotmail.com
- Responsable le jeudi : Geneviève Denis, 418 929-4366, genevieve_den@hotmail.com
- Programme de conditionnement physique colombien s'appuyant sur des rythmes et des chorégraphies inspirés des danses latines (salsa, merengue, cumbia, reggaeton, etc.)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3011	01	16 ans et +	Mar. 19 h à 20 h	EPFS	2014-09-16	12 sem.	80 $
CARD3011	02	16 ans et +	Jeu. 19 h à 20 h	EPFS	2014-09-18	12 sem.	80 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3011	51	16 ans et +	Mar. 19 h à 20 h	EPFS	2015-01-20	12 sem.	80 $
CARD3011	52	16 ans et +	Jeu. 19 h à 20 h	EPFS	2015-01-22	12 sem.	80 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CLUB FADOQ SAINT-JEAN-BAPTISTE-DE LA SALLE INC. (Activités du)

- Renseignements : au local du club (CSSJB), durant les activités
- Adhésion auprès du registraire, Pierre Vézina, 418 647-1267; registraire.clubsjbl@gmail.com
- Durée : du 9 septembre au 8 mai
- Relâche : du 19 décembre au 11 janvier
- Programmation complète du club : https://sites.google.com/site/clubsjbl/home ou clubsjbl@gmail.com

ACTIVITÉS HABITUELLES

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3013	01	50 ans et +	CSSJB	2014-09-08	33 sem.	25 $/an* (12 $/an)

*Carte de membre (carte d'ami)

BRIDGE DUPLICATA

- Responsables : Yves Pelletier, 418 653-6759; et Jean-Marie Ratthé, 418 353-6802

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3020	01	Membres	Mar. 18 h 45 à 22 h	CLSJB	2014-09-09	31 sem.	2 $/fois

CARTES (BRIDGE, PEPPER, 500)

- Responsables : Marie-Ange Lemieux, 418 653-8685 (bridge); Jean-Guy Émond, 418 659-5655

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BRID3020	02	Membres	Jeu. 13 h à 16 h	CLSJB	2014-09-11	24 sem.	Gratuit

PÉTANQUE INTÉRIEURE

- Responsable : Gaétanne Lessard, 418 914-3344

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PETA3003	01	Membres	Lun. 13 h à 16 h	CLSJB	2014-09-08	31 sem.	Gratuit

SCRABBLE, CARTES ET JEUX DE SOCIÉTÉ

- Responsable : Pauline Grégoire, 418 658-8593

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CART3001	01	Membres	Mar. 13 h à 16 h	CLSJB	2014-09-09	33 sem.	Gratuit

WHIST MILITAIRE

- Responsable : Yves Pelletier, 418 653-6759

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CART3003	01	Membres	Jeu. 13 h à 16 h	CLSJB	2014-09-18	1 fois/mois	2 $/fois

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

Saint-Louis-de-France

Corporation des loisirs Saint-Louis-de-France inc.

- Réduction de 50 % accordée au 2e enfant de la famille et aux suivants inscrits à la même activité

FÊTE DES NEIGES

- Responsable : Damien de Halleux, damien.de.halleux@sympatico.ca
- Glissade sur chambres à air, sculpture sur neige, dégustation de tire d'érable, distribution de chocolat chaud, collations et autres activités (tout est gratuit)
- 28 février, de 13 h à 17 h (activité annulée si les conditions climatiques sont peu clémentes)
- Parc Sainte-Isabelle, à l'angle des rues de Tournai et William-Stuart

ALLEMAND (Conversation)

- Responsable : Nana Frieden, 418 653-7467, nanafrieden@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Livre obligatoire : *Themen Aktuell* 1 ou 2, selon le niveau

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3046	01	Adultes, débutant	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2014-09-15	10 sem.	90 $
LANG3046	02	Adultes, intermédiaire	Jeu. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2014-09-18	10 sem.	90 $
LANG3046	03	Adultes, conversation	Mar. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2014-09-16	10 sem.	90 $

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3046	51	Adultes, débutant	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2015-01-19	15 sem.	135 $
LANG3046	52	Adultes, intermédiaire	Jeu. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2015-01-22	15 sem.	135 $
LANG3046	53	Adultes, conversation	Mar. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2015-01-20	15 sem.	135 $

BADMINTON (Libre)

- Responsable : Robert Lagacé, 418 659-5177, robert.lagace@fsaa.ulaval.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Inscription en cours de session ou à un seul trimestre : auprès du responsable
- Inscription à plus d'une rencontre par semaine
  - de 12 à 17 ans : 10 $ par présence
  - 18 ans et + : 20 $ par présence
- Relâche du 20 décembre au 18 janvier

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3013	01	12 à 17 ans	Mar. 19 h 30 à 22 h	ESY	2014-09-16	30 sem.	30 $
BADM3013	02	12 à 17 ans	Mer. 19 h 30 à 22 h	ESY	2014-09-17	30 sem.	30 $
BADM3013	03	12 à 17 ans	Jeu. 19 h 30 à 22 h	ESY	2014-09-18	30 sem.	30 $
BADM3014	01	18 ans et +	Mar. 19 h 30 à 22 h	ESY	2014-09-16	30 sem.	60 $
BADM3014	02	18 ans et +	Mer. 19 h 30 à 22 h	ESY	2014-09-17	30 sem.	60 $
BADM3014	03	18 ans et +	Jeu. 19 h 30 à 22 h	ESY	2014-09-18	30 sem.	60 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3013	51	12 à 17 ans	Mar. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-01-20	16 sem.	15 $
BADM3013	52	12 à 17 ans	Mer. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-01-21	16 sem.	15 $
BADM3013	53	12 à 17 ans	Jeu. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-01-22	16 sem.	15 $
BADM3014	51	18 ans et +	Mar. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-01-20	16 sem.	30 $
BADM3014	52	18 ans et +	Mer. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-01-21	16 sem.	30 $
BADM3014	53	18 ans et +	Jeu. 19 h 30 à 22 h	ESY	2015-01-22	16 sem.	30 $

BASKET (Mini)

- Responsable : Robert Lagacé, 418 659-5177, robert.lagace@fsaa.ulaval.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BASK3003	01	8 à 12 ans, débutant et intermédiaire	Mer. 18 h à 19 h 15	ESL2	2014-09-24	12 sem.	35 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BASK3003	51	8 à 12 ans, débutant et intermédiaire	Mer. 18 h à 19 h 15	ESL2	2015-01-21	12 sem.	35 $

CHANT CHORAL

ENSEMBLE VOCAL INTERMEZZO (Activités du)

- Responsable : Marguerite Pouliot, 418 843-9546; pppraynald@videotron.ca
- Prestations dans les résidences de personnes âgées : en décembre, en avril et en mai
- Concert bénéfice au printemps
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Relâche de juin à septembre

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CHAN3004	01	Adultes	Mer. 19 h à 21 h 30	CLSLF	2014-09-10	15 sem.	65 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CHAN3004	51	Adultes	Mer. 19 h à 21 h 30	CLSLF	2015-01-14	15 sem.	65 $

CLUB SOCIAL ENTRE-NOUS (Activités du)

- Responsable : Lise Veilleux, 418 651-9924, lisegv1941@hotmail.com
- Sorties, soupers, conférences : une fois par mois
- Relâche du 19 décembre au 14 janvier

BRIDGE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACSO3006	01	Aînés	Jeu. 18 h 30 à 22 h 30	CLSLF	2014-09-11	35 sem.	35 $

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsable : Chantal Rhéaume, 418 977-4687; chantalrheaume@gmail.com
- Entraînement complet et varié avec des accessoires (ballons, tapis, petits poids, bandes élastiques, *steps*, etc.)
- Amélioration du système cardiovasculaire, de l'endurance, de la musculation, de la stabilité et de la souplesse
- Conseils posturaux pour éviter les blessures
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3006	01	Adultes	Lun. 19 h 30 à 20 h 40	ESL2	2014-09-15	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.
COND3006	02	Adultes	Mer. 19 h 30 à 20 h 40	ESL2	2014-09-17	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3006	51	Adultes	Lun. 19 h 30 à 20 h 40	ESL2	2015-01-19	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.
COND3006	52	Adultes	Mer. 19 h 30 à 20 h 40	ESL2	2015-01-21	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE, ENTRAÎNEMENT EN CIRCUIT

- Responsable : Guillaume Drouin, 581 308-9313; info@pair-forme.com
- Entraînement intense combinant des exercices musculaires et cardiovasculaires
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3013	01	16 ans et +	Mar. 19 h 45 à 20 h 40	ESL2	2014-09-16	12 sem.	50 $/1 fois sem. 90 $/2 fois sem.
CARD3013	02	16 ans et +	Jeu. 18 h 15 à 19 h 10	ESL2	2014-09-18	12 sem.	50 $/1 fois sem. 90 $/2 fois sem.
CARD3013	03	16 ans et +	Jeu. 19 h 15 à 20 h 10	ESL2	2014-09-18	12 sem.	50 $/1 fois sem. 90 $/2 fois sem.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3013	51	16 ans et +	Mar. 19 h 45 à 20 h 40	ESL2	2015-01-20	12 sem.	50 $/1 fois sem. 90 $/2 fois sem.
CARD3013	52	16 ans et +	Jeu. 18 h 15 à 19 h 10	ESL2	2015-01-22	12 sem.	50 $/1 fois sem. 90 $/2 fois sem.
CARD3013	53	16 ans et +	Jeu. 19 h 15 à 20 h 10	ESL2	2015-01-22	12 sem.	50 $/1 fois sem. 90 $/2 fois sem.

DANSE FOLKLORIQUE CHINOISE

- Responsable : Ying Qin (Jin Yang), 418 658-4058, yani.yb@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3116	02	18 ans et +, femmes	Dim. 13 h 30 à 15 h 30	ESL2	2014-09-21	12 sem.	70 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3116	52	18 ans et +, femmes	Dim. 13 h 30 à 15 h 30	ESL2	2015-01-25	12 sem.	70 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

DESSIN

- Responsable : Claude Soucy, 418 653-3858; soucyclaude@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Coût du matériel en sus

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3001	01	8 à 18 ans, débutant et intermédiaire	Sam. 9 h 30 à 11 h 30	CLSLF	2014-09-20	12 sem.	50 $

HIVER

- Cours du 4 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3001	51	8 à 18 ans, débutant	Sam. 9 h 30 à 11 h 30	CLSLF	2015-01-17	12 sem.	50 $

ESPAGNOL (Conversation)

- Responsable : Claudia Janeth Munoz, 418 650-0859, cj.munoz@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Coût du matériel en sus

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3009	01	Adultes, débutant 1	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2014-09-15	10 sem.	90 $
LANG3010	01	Adultes, débutant 2	Mar. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2014-09-16	10 sem.	90 $
LANG3011	01	Adultes, intermédiaire	Mer. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2014-09-17	10 sem.	90 $
LANG3037	01	Conversation	Jeu. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2014-09-18	10 sem.	90 $

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3009	51	Adultes, débutant 1	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2015-01-19	14 sem.	125 $
LANG3010	51	Adultes, débutant 2	Mar. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2015-01-20	15 sem.	135 $
LANG3011	51	Adultes, intermédiaire	Mer. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2015-01-21	15 sem.	135 $
LANG3037	51	Conversation	Jeu. 19 h 30 à 21 h 30	CLSLF	2015-01-22	15 sem.	135 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

INFORMATIQUE ET LOGICIELS LIBRES

- Responsable : Gabriel Cossette, 418 522-2028, info@linuq.org
- Ateliers sur l'installation, l'initiation et l'utilisation de logiciels libres
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste, possibilité de s'inscrire en cours de session
- Deux samedis par mois, d'octobre à juin
- Programme détaillé : www.linuq.org

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
INFO3001	01	12 ans et +	Sam. 12 h à 17 h	CLSLF	2014-10-04	17 fois	30 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
INFO3001	51	12 ans et +	Sam. 12 h à 17 h	CLSLF	2015-01-24	17 fois	30 $

KUNG FU TIBÉTAIN

- Responsable : Dominique Côté, 418 650-0978; cinimodetoc@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
KUFU3001	01	8 à 20 ans	Mar. 18 h 15 à 19 h 30	ESY	2014-09-23	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.
KUFU3001	02	8 à 20 ans	Jeu. 18 h 15 à 19 h 30	ESY	2014-09-25	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
KUFU3001	51	8 à 20 ans	Mar. 18 h 15 à 19 h 30	ESY	2015-01-20	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.
KUFU3001	52	8 à 20 ans	Jeu. 18 h 15 à 19 h 30	ESY	2015-01-22	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.

PHOTOGRAPHIE NUMÉRIQUE

- Responsable : Réjean Savard, 418 659-7092, info@rejeansavard.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Avoir un appareil numérique réflex 35 mm ou, dans le niveau débutant, un téléphone cellulaire
- Deux sorties prévues pour les groupes du niveau avancé
- Rabais de 20 % accordé aux participants de moins de 25 ans

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3005	01	14 ans et +, débutant	Lun. 18 h 30 à 20 h 30	CLSLF	2014-09-29	10 sem.	130 $
PHOT3005	02	Adultes, avancé	Jeu. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2014-10-02	10 sem.	150 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PHOT3005	51	14 ans et +, débutant	Lun. 18 h 30 à 20 h 30	CLSLF	2015-01-26	10 sem.	130 $
PHOT3005	52	Adultes, avancé	Jeu. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2015-01-29	10 sem.	150 $

MÔMES ET COMPAGNIE

- Responsable : Mélanie Préfontaine, 418 914-8929, melp11@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Activité du 13 octobre annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACVA3003	01	0 à 5 ans	Lun. 9 h à 11 h 30	CLSLF	2014-09-15	13 sem.	5 $

HIVER

- Activité du 6 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACVA3003	51	0 à 5 ans	Lun. 9 h à 11 h 30	CLSLF	2015-01-19	21 sem.	5 $

SCOUTISME

54e groupe scout Saint-Louis-de-France

- Responsable : Christian Soucy, 418 657-1653, christian.soucy@videotron.ca
- Inscription : sur place le 8 septembre, de 19 h à 20 h 30, au sous-sol de l'église Sainte-Ursule (SSESU) et le 11 septembre, de 19 h à 20 h 30, au centre de loisirs Saint-Louis-de-France (CLSLF)
- Activités offertes en collaboration avec le groupe scout de Sainte-Ursule

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCOU3001	01	7 à 17 ans	À déterminer	SSESU	2014-09-15	40 sem.	110 $

SCULPTURE SUR BOIS (Atelier sur la)

- Responsable : Pierre Goulet, 418 877-2143
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCUP3001	01	Adultes	Mer. 19 h à 22 h	CLSLF	2014-09-17	13 sem.	35 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCUP3001	51	Adultes	Mer. 19 h à 22 h	CLSLF	2015-01-21	17 sem.	50 $

SOCCER

- Responsable : Robert Lagacé, 418 659-5177, robert.lagace@fsaa.ulaval.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Activité offerte en collaboration avec le club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy–Sillery

AUTOMNE

- Inscription à plus d'une activité par semaine : 30 $ par présence

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3026	01	Adultes	Mer. 20 h 50 à 22 h 30	ESL2	2014-10-01	30 sem.	60 $
SOCC3026	02	Adultes	Ven. 18 h à 20 h	ESL2	2014-10-03	30 sem.	60 $
SOCC3026	03	Adultes	Ven. 20 h à 22 h	ESL2	2014-10-03	30 sem.	60 $

HIVER

- Inscription à plus d'une activité par semaine : 15 $ par présence

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3026	51	Adultes	Mer. 20 h 50 à 22 h 30	ESL2	2015-01-21	18 sem.	35 $
SOCC3026	52	Adultes	Ven. 18 h à 20 h	ESL2	2015-01-23	18 sem.	35 $
SOCC3026	53	Adultes	Ven. 20 h à 22 h	ESL2	2015-01-23	18 sem.	35 $

SOCCER (Femmes)

- Responsable : Manon Gagnon, 418 903-3801; gagnon_manon@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Activité offerte en collaboration avec le club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy–Sillery

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3007	01	18 ans et +	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	ESV	2014-10-06	10 sem.	20 $

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3007	51	18 ans et +	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	ESV	2015-01-19	16 sem.	30 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

TABLETTE (Initiation à la tablette *I-Pad*)

- Responsable : Renald Samson, 418 659-7851; samren@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Apporter sa tablette I-Pad (Apple)
- « Identifiant » Apple nécessaire

AUTOMNE

- Cours du 8 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
INFO3002	01	55 ans et +, débutant	Mer. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2014-09-24	5 sem.	50 $
INFO3002	02	55 ans et +, débutant	Jeu. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2014-11-06	5 sem.	50 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
INFO3002	51	55 ans et +, débutant	Mer. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2015-01-21	5 sem.	50 $
INFO3002	52	55 ans et +, débutant	Jeu. 13 h 30 à 15 h 30	CLSLF	2015-03-12	5 sem.	50 $

ZUMBA

- Responsable : Valérie Therrien, aznaazariel@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3018	01	16 ans et +	Lun. 20 h 45 à 21 h 45	ESL2	2014-09-22	12 sem.	70 $/1 fois sem. 130 $/2 fois sem.
CARD3018	02	16 ans et +	Jeu. 20 h 15 à 21 h 15	ESL2	2014-09-25	12 sem.	70 $/1 fois sem. 130 $/2 fois sem.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3018	51	16 ans et +	Lun. 20 h 45 à 21 h 45	ESL2	2015-01-19	12 sem.	70 $/1 fois sem. 130 $ 2 fois sem.
CARD3018	52	16 ans et +	Jeu. 20 h 15 à 21 h 15	ESL2	2015-01-22	12 sem.	70 $/1 fois sem. 130 $/2 fois sem.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CLUB FADOQ SAINT-LOUIS-DE-FRANCE (Activités du)

- Inscription : auprès de Ghislaine Lemay, 418 651-9869
- Inscription aux parties de whist : lors des activités ou auprès de Réjeanne Bernier, 418 522-3252
- Parties de whist militaire le premier vendredi du mois, de 13 h 30 à 18 h
- Relâche du 12 décembre au 12 janvier

ACTIVITÉS HABITUELLES

- Parties de cartes, de rummy, de scrabble, de ping-pong, de pétanque-atout, jeu de fléchettes, etc.

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3002	01	Aînés	Mer. 13 h à 17 h	CLSLF	2014-09-10	36 sem.	24 $/membres 10 $/amis

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsable : Huguette Grondines, 418 651-3656
- Activité s'adressant exclusivement aux membres du club

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3010	01	Aînés	Mer. 10 h à 11 h	CLSLF	2014-09-10	36 sem.	Gratuit

DESSIN ET PEINTURE

- Responsable : Candide Harvey, 418 683-8551
- Activité s'adressant exclusivement aux membres du club

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3115	01	Aînés	Mer. 13 h 30 à 16 h	CLSLF	2014-09-10	36 sem.	Gratuit

Saint-Mathieu

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

BADMINTON

- Responsable : André Vachon, 418 653-1956
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3001	01	Adultes, intermédiaire	Ven. 20 h à 23 h	ECSM	2014-09-19	12 sem.	40 $

HIVER

- Activité du 3 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3001	51	Adultes, intermédiaire	Ven. 20 h à 23 h	ECSM	2015-01-23	12 sem.	40 $

CINÉ-CLUB (Activités du)

- Responsables : Chantal Bédard (groupe A), 418 659-2671; Huguette Dugas (groupe B), 418 524-7883
- Échanges portant sur les films à l'affiche
- Coût du matériel : 5 $, payables au premier cours
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Rencontres : 16 septembre, 14 octobre, 11 novembre, 2 décembre

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CINE3002	01	50 ans et +, groupe A	Mar. 13 h à 15 h 30	CCCA	2014-09-16	4 renc.	15 $
CINE3002	02	50 ans et +, groupe B	Mar. 13 h 30 à 16 h	CLSM	2014-09-16	4 renc.	15 $

HIVER

- Rencontres : 20 janvier, 10 février, 10 mars, 14 avril

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CINE3002	51	50 ans et +, groupe A	Mar. 13 h à 15 h 30	CLSM	2015-01-20	4 renc.	15 $
CINE3002	52	50 ans et +, groupe B	Mar. 13 h 30 à 16 h	CLSM	2015-01-20	4 renc.	15 $

DONJONS ET DRAGONS

- Responsable : Jimmy Demers, 581 998-0085, battleaxe@caramail.com
- Jeux de rôles
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DJDG3003	01	10 ans et +, débutant	Dim. 9 h à 12 h	CCCA	2014-09-21	12 sem.	60 $
DJDG3004	01	10 ans et +, intermédiaire et avancé	Dim. 13 h à 16 h	CCCA	2014-09-21	12 sem.	60 $

HIVER

- Cours du 5 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DJDG3003	51	10 ans et +, débutant	Dim. 9 h à 12 h	CCCA	2015-01-25	12 sem.	70 $
DJDG3004	51	10 ans et +, intermédiaire et avancé	Dim. 13 h à 16 h	CCCA	2015-01-25	12 sem.	70 $

HOME STAGING

- Responsable : Sandra Gravel, 418 931-5105; decorkasahomestaging@hotmail.com
- Solutions peu coûteuses pour transformer une propriété
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AMIN3001	01	18 ans et +	Mer. 19 h à 21 h 30	CLSM	2014-09-24	1 renc.	45 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
AMIN3001	51	18 ans et +	Mer. 19 h à 21 h 30	CLSM	2015-01-21	1 renc.	45 $

KARATÉ KENPO

- Responsable : France Fiset, 418 653-9891
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût de l'examen et de la ceinture en sus

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
KARA3002	01	6 à 17 ans	Ven. 18 h 30 à 19 h 30	ECSM	2014-09-19	12 sem.	60 $

HIVER

- Cours du 3 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
KARA3002	51	6 à 17 ans	Ven. 18 h 30 à 19 h 30	ECSM	2015-01-23	12 sem.	60 $

SOCCER INTÉRIEUR

- Responsable : Lounès Chergui, 418 327-1215
- Parties de soccer, acquisition des habiletés de base et coordination des mouvements
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3002	01	5 à 7 ans	Sam. 9 h à 10 h 30	ECSM	2014-09-20	12 sem.	50 $
SOCC3005	01	8 à 10 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h	ECSM	2014-09-20	12 sem.	50 $

HIVER

- Cours du 4 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3002	51	5 à 7 ans	Sam. 9 h à 10 h 30	ECSM	2015-01-24	12 sem.	50 $
SOCC3005	51	8 à 10 ans	Sam. 10 h 30 à 12 h	ECSM	2015-01-24	12 sem.	50 $

VOLLEY-BALL

- Responsables : Joël Filion, 418 454-6151, jo_filion@hotmail.com et Kevin Lavoie, kevin.lavoie3@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3004	01	Adultes, intermédiaire	Jeu. 18 h 30 à 22 h 30	ECSM	2014-09-18	12 sem.	40 $
VOLL3004	02	18 à 40 ans, débutant	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	ECSM	2014-09-15	12 sem.	40 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3004	51	Adultes, intermédiaire	Jeu. 18 h 30 à 22 h 30	ECSM	2015-01-22	12 sem.	40 $
VOLL3004	52	18 à 40 ans, débutant	Lun. 19 h 30 à 21 h 30	ECSM	2015-01-19	12 sem.	40 $

ZUMBA

- Responsable : Valérie Laliberté, 418 262-8253; val.laliberte@hotmail.com
- Programme de conditionnement physique colombien s'appuyant sur des rythmes et des chorégraphies inspirés des danses latines (salsa, merengue, cumbia, reggaeton, kuduro, etc.)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3010	01	16 ans et +	Mer. 18 h 30 à 19 h 30	ECSM	2014-09-17	12 sem.	85 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3010	51	16 ans et +	Mer. 18 h 30 à 19 h 30	ECSM	2015-01-21	12 sem.	85 $

CLUB FADOQ SAINT-MATHIEU-APÔTRE (Activités du)

- Inscription : lors des activités ou auprès de Lisette Mercier, 418 650-6552
- Salon de quilles Quillorama Frontenac, 2020, rue Cyrille-Duquet
- Relâche du 5 décembre au 19 janvier

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3006	01	50 ans et +	Mer. 13 h à 16 h	CLSM	2014-09-10	33 sem.	25 $

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsables : Henri-Paul Gervais, 418 650-6552; Lisette Mercier, 418 650-6552; Gemma Roy, 418 653-2625

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3005	01	Membres du club	Mar., jeu. 10 h à 11 h	CLSM	2014-09-16	12 sem.	Gratuit

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3005	51	Membres du club	Mar., jeu. 10 h à 11 h	CLSM	2015-01-20	15 sem.	Gratuit

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

QUILLES (Grosses)

- Responsables : Jean-Marc Pageau, 418 626-9133; Claude Laferrière, 418 656-9484

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
QUIL3001	01	Retraités	Lun. 9 h à 11 h 30	Quillorama	2014-08-18	35 sem.	11 $/sem.

Saint-Thomas-d'Aquin

Loisirs Saint-Thomas de Sainte-Foy inc.

- Présidente : Rita Giguère, 418 527-1027
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

ANGLAIS

- Responsable : Marie-Thérèse Chagnon, 418 688-1163
- Introduction à l'anglais
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3004	01	Adultes	Mar. 19 h à 21 h	CLST	2014-09-16	12 sem.	100 $

HIVER

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3004	51	Adultes	Mar. 19 h à 21 h	CLST	2015-01-20	12 sem.	100 $

ANGLAIS

- Responsable : Marie-Thérèse Chagnon, 418 688-1163
- Conversation et théorie
- Exigence : base en anglais
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3002	01	Adultes, niveau 1	Mer. 19 h à 21 h	CLST	2014-09-17	12 sem.	100 $
LANG3003	01	Adultes, niveau 2	Jeu. 19 h à 21 h	CLST	2014-09-18	12 sem.	100 $
LANG3016	01	Adultes, niveau 3 préintermédiaire	Lun. 19 h à 21 h	CLST	2014-09-15	12 sem.	100 $

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3002	51	Adultes, niveau 1	Mer. 19 h à 21 h	CLST	2015-01-21	12 sem.	100 $
LANG3003	51	Adultes, niveau 2	Jeu. 19 h à 21 h	CLST	2015-01-22	12 sem.	100 $
LANG3016	51	Adultes, niveau 3 préintermédiaire	Lun. 19 h à 21 h	CLST	2015-01-19	12 sem.	100 $

CUISINE ALGÉRIENNE ET MÉDITÉRRANÉENNE

- Responsable : Thouria Nafa, 418 832-9326
- Cuisine familiale, cours de base
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc
- Achat de nourriture : 55 $, payables au 1er cours

AUTOMNE

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CUIS3002	01	16 ans et +	Mar. 19 h à 21 h	CLST	2014-09-23	10 sem.	105 $

HIVER

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CUIS3002	51	16 ans et +	Mar. 19 h à 21 h	CLST	2015-01-20	10 sem.	105 $

ÉCHECS

CLUB D'ÉCHECS DE SAINTE-FOY (Activités du)

- Responsable : Charles Tremblay, 418 440-8611
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Tournoi du vendredi (mensuel), tournois du samedi, cours d'échecs
- Relâche du 14 décembre au 17 janvier

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ECHE3001	01	Jeunes et adultes	Sam. 10 h à 17 h	CLST	2014-09-20	31 sem.	25 $

HIVER

- Cours du 4 avril annulé

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ECHE3001	51	Jeunes et adultes	Sam. 10 h à 17 h	CLST	2015-01-24	19 sem.	15 $

JEUX DE RÔLES

- Responsable : Marie-Claude Lachapelle, 418 877-9526
- Donjons et dragons, *War Hammer*, *Spycraft*, etc.
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DJDG3005	01	9 à 12 ans	Dim. 9 h à 12 h	CCNB	2014-09-21	10 sem.	60 $

HIVER

- Activité du 5 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DJDG3005	51	9 à 12 ans	Dim. 9 h à 12 h	CCNB	2015-01-25	12 sem.	70 $

PEINTURE À L'HUILE

- Responsable : Lise Lacroix, 418 686-1731
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3004	01	14 ans et + Adultes	Mer. 19 h à 21 h 30	CLST	2014-09-17	12 sem.	90 $ 100 $

HIVER

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3004	51	14 ans et + Adultes	Mer. 19 h à 21 h 30	CLST	2015-01-21	12 sem.	90 $ 100 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

SCOUTISME

SCOUTS 50e GROUPE (Activités du)

- Responsable : Jean-Daniel Bourgault, 418 686-4483

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCOU3009	01	7 à 17 ans	1 fois par sem., le jour ou le soir	EGTHO	2014-09-15	42 sem.	Selon les activités

TRAVAUX TEXTILES

- Responsable : Rita Giguère, 418 527-1027
- Cours d'initiation et ateliers : couture, tissage, tricot, broderie, dentelle
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût du matériel en sus

AUTOMNE

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TEXT3001	01	16 ans et +	Mar. 19 h à 21 h 30	CLST	2014-09-16	24 sem.	20 $

HIVER

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TEXT3001	51	16 ans et +	Mar. 19 h à 21 h 30	CLST	2015-01-20	12 sem.	15 $

CLUB DE L'ÂGE CORDIAL SAINT-THOMAS-D'AQUIN INC. (Activités du)

- Responsable : Jean-Marie Côté, 418 527-7829
- Inscription
  - aux activités du mercredi : 3 septembre, de 12 h 30 à 13 h 15
  - au cours de conditionnement physique : 11 septembre, à 9 h 30

ACTIVITÉS DU MERCREDI

- Parties de bridge, de 500, de *skip-bo*, de scrabble, repas en groupe, célébration de l'Halloween, de Noël, de la Saint-Valentin, etc.

ACTIVITÉS	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3007	01	Adultes	Mer. 13 h 15 à 16 h 30	EGTHO	2014-09-03	34 sem.	12 $/carte de membre et 2 $/sem.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3007	02	Adultes	Jeu. 10 h à 11 h	EGTHO	2014-09-11	30 sem.	3 $/sem.

LA FRIPE (Activités de)

COUTURE

- Responsable : Jacques Gareau, 418 688-5162
- Familiarisation avec les différents outils servant à faire de la couture, avec les accessoires et les équipements (cours de base)
- Coût du matériel inclus dans celui de l'activité

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COUT3001	01	16 ans et +, débutant	Lun. 13 h 30 à 16 h 30	2120, rue Boivin	2014-09-15	10 sem.	115 $
COUT3001	02	16 ans et +, débutant	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	2120, rue Boivin	2014-09-17	10 sem.	115 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COUT3001	51	16 ans et +, débutant	Lun. 13 h 30 à 16 h 30	2120, rue Boivin	2015-01-19	10 sem.	115 $
COUT3001	52	16 ans et +, débutant	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	2120, rue Boivin	2015-01-21	10 sem.	115 $

Sainte-Geneviève

Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

- Renseignements : loisirs.stefoy@gmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

ATELIER PRÉ-MATERNELLE

- Responsable : Josée Ménard, 418 658-3958
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût du matériel : 10 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

- Activité du 13 octobre annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACEN3001	01	3 à 5 ans	Lun. 8 h 30 à 11 h 45	CCCA	2014-09-15	12 sem.	160 $
ACEN3001	02	3 à 5 ans	Mar. 8 h 30 à 11 h 45	CCCA	2014-09-16	12 sem.	160 $
ACEN3001	03	3 à 5 ans	Mer. 8 h 30 à 11 h 45	CCCA	2014-09-17	12 sem.	160 $
ACEN3001	04	3 à 5 ans	Jeu. 8 h 30 à 11 h 45	CCCA	2014-09-18	12 sem.	160 $
ACEN3001	05	3 à 5 ans	Ven. 8 h 30 à 11 h 45	CCCA	2014-09-19	12 sem.	160 $

HIVER

- Activités des 2, 3, 4, 5, et 6 mars annulées
- Activités des 3 et 6 avril annulées

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACEN3001	51	3 à 5 ans	Lun. 8 h 30 à 11 h 45	CCCA	2015-01-19	12 sem.	160 $
ACEN3001	52	3 à 5 ans	Mar. 8 h 30 à 11 h 45	CCCA	2015-01-20	12 sem.	160 $
ACEN3001	53	3 à 5 ans	Mer. 8 h 30 à 11 h 45	CCCA	2015-01-21	12 sem.	160 $
ACEN3001	54	3 à 5 ans	Jeu. 8 h 30 à 11 h 45	CCCA	2015-01-22	12 sem.	160 $
ACEN3001	55	3 à 5 ans	Ven. 8 h 30 à 11 h 45	CCCA	2015-01-23	12 sem.	160 $

BADMINTON (Libre)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Activité du 13 octobre annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3005	01	12 ans et +	Lun. 19 h à 22 h	ESG	2014-09-15	12 sem.	40 $
BADM3005	02	12 ans et +	Mer. 19 h à 22 h	ESG	2014-09-17	12 sem.	40 $

HIVER

- Activité du 6 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3005	51	12 ans et +	Lun. 19 h à 22 h	ESG	2015-01-19	12 sem.	40 $
BADM3005	52	12 ans et +	Mer. 19 h à 22 h	ESG	2015-01-21	12 sem.	40 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

BADMINTON (Location de courts)

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3018	01	Adultes	Ven. 19 h à 20 h 30	ESG	2014-09-19	12 sem.	150 $
BADM3018	02	Adultes	Ven. 20 h 30 à 22 h	ESG	2014-09-19	12 sem.	150 $

HIVER

- Activité du 3 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3018	51	Adultes	Ven. 19 h à 20 h 30	ESG	2015-01-23	12 sem.	150 $
BADM3018	52	Adultes	Ven. 20 h 30 à 22 h	ESG	2015-01-23	12 sem.	150 $

BALLET CLASSIQUE

- Responsable : Line Parent, 418 626-6570
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3010	01	4 à 6 ans, niveau 1	Ven. 19 h à 20 h	CCCA	2014-09-19	12 sem.	45 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3010	51	4 à 6 ans, niveau 1	Ven. 19 h à 20 h	CCCA	2015-01-23	12 sem.	45 $

BIJOUX (Fabrication de)

- Responsable : Geneviève Ouellet, 418 704-3257; genevieve_ouellet@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût du matériel en sus

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3001	01	Adultes, niveau 1	Mar. 19 h à 21 h 30	CCCA	2014-09-16	12 sem.	115 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARTI3001	51	Adultes, niveau 2	Mar. 19 h à 21 h 30	CCCA	2015-01-20	12 sem.	115 $

CAPOEIRA

- Responsable : Joao Domingues, 418 527-9109
- Activité originaire du Brésil combinant la danse, les arts martiaux, les acrobaties pour développer l'équilibre, la force, la souplesse, l'agilité, la coordination, l'endurance, le rythme et l'expression corporelle
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARMA3001	01	8 à 15 ans, débutant	Sam. 10 h 45 à 11 h 45	CLSG	2014-09-20	12 sem.	80 $

HIVER

- Cours du 4 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ARMA3001	51	8 à 15 ans, débutant	Sam. 10 h 45 à 11 h 45	CLSG	2015-01-24	12 sem.	80 $

CERCLE DE FERMIÈRES SAINTE-GENEVIÈVE-DE-SAINTE-FOY (Activités du)

- Responsable : Claire Laganière, 418 658-6686
- Rencontres : les 2es mercredis du mois, de 19 h 30 à 22 h 30, au local RC-26 du centre communautaire Claude-Allard (CCCA)
- Apprentissage des techniques textiles, ateliers divers, conférences, sorties culturelles et sociales
- Endroit : locaux RC-27 et RC-28 du centre communautaire Claude-Allard (CCCA)
- Horaire : le jour et le soir, selon la programmation du mois
- Salon de Noël : le 16 novembre, de 9 h 30 à 16 h
- Exposition annuelle : le 11 avril, de 13 h à 21 h et le 12 avril, de 10 h à 16 h
- Centre fermé le 13 octobre ainsi que les 3, 4, 5 et 6 avril

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACSO3002	01	14 ans et +	Selon les heures d'ouverture du centre	CCCA	2014-09-10	En continu	12,30 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

COMBATS MÉDIÉVAUX

- Responsable : Alexandre Ménard, 418 658-7351; alexandremenard7@gmail.com
- Simulation de combats médiévaux avec des armes en mousse
- Différents scénarios chaque semaine
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JEEP3001	01	14 ans et +, débutant	Jeu. 18 h 30 à 20 h 30	CLSG	2014-09-18	12 sem.	30 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
JEEP3001	51	14 ans et +, débutant	Jeu. 18 h 30 à 20 h 30	CLSG	2015-01-22	12 sem.	30 $

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsable : Julie Faucher, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3008	01	50 ans et +	Mer. 9 h 15 à 10 h 15	CCCA	2014-09-17	12 sem.	75 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3008	51	50 ans et +	Mer. 9 h 15 à 10 h 15	CCCA	2015-01-21	12 sem.	75 $

DANSE EN LIGNE

- Responsable : Marcelle Fortin, 418 688-0863
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3034	01	Débutant 2 et intermédiaire 1	Mar. 19 h 30 à 21 h	CCCA	2014-09-16	12 sem.	70 $
DANS3038	01	Intermédiaire 2	Jeu. 13 h à 14 h 30	CCCA	2014-09-18	12 sem.	70 $
DANS3033	01	Avancé	Lun. 19 h à 20 h 30	CCCA	2014-09-15	12 sem.	70 $

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3034	51	Débutant 2 et intermédiaire 1	Mar. 19 h 30 à 21 h	CCCA	2015-01-20	12 sem.	70 $
DANS3038	51	Intermédiaire 2	Jeu. 13 h à 14 h 30	CCCA	2015-01-22	12 sem.	70 $
DANS3033	51	Avancé	Lun. 19 h à 20 h 30	CCCA	2015-01-19	12 sem.	70 $

DANSE EN LIGNE

- Responsable : Marcelle Fortin, 418 688-0863
- Pratique de la danse en ligne

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3037	01	Intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h à 21 h	CCCA	2014-09-18	12 sem.	55 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3037	51	Intermédiaire et avancé	Jeu. 19 h à 21 h	CCCA	2015-01-22	12 sem.	55 $

GARDIENS AVERTIS (Cours de)

- Responsable : Josée Godin, 418 878-3896
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Apporter une poupée, du papier, des crayons, un dîner et deux collations
- Coût du manuel : 16 $

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GARA3002	01	11 à 15 ans	Sam. 8 h 15 à 16 h 30	CCCA	2014-10-25	1 jour	40 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
GARA3002	51	11 à 15 ans	Sam. 8 h 15 à 16 h 30	CCCA	2014-02-21	1 jour	40 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

PEINTURE À L'HUILE ET ACRYLIQUE

- Responsable : Jeanine Atala, 418 658-7516
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût du matériel en sus

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3001	01	Adultes, intermédiaire et avancé	Mer. 13 h 30 à 16 h 30	CCCA	2014-09-17	12 sem.	180 $
PEIN3001	02	Adultes, débutant	Lun. 19 h à 22 h	CCCA	2014-09-15	12 sem.	180 $

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PEIN3001	51	Adultes, intermédiaire et avancé	Mer. 13 h 30 à 16 h 30	CCCA	2015-01-21	12 sem.	180 $
PEIN3001	52	Adultes, débutant	Lun. 19 h à 22 h	CCCA	2015-01-19	12 sem.	180 $

PÉTANQUE À LA PIGE

- Responsable : André Toupin, 418 454-4214; att@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Inscription valable jusqu'à la fin de 2015
- Possibilité de s'inscrire durant l'année auprès du responsable
- Activités des 13 octobre, 3 et 6 avril annulées

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
PETA3004	01	Adultes	Lun., mer. 13 h à 16 h mar., ven. 19 h à 22 h 30	CCCA	2014-09-15	52 sem.	50 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

SCOUTISME

77e GROUPE SCOUT SAINTE-GENEVIÈVE (Activités du)

- Responsable : Hélène Schmouth, 418 652-3426

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCOU3012	01	Castors 7 à 8 ans	Ven. 19 h à 21 h	CLSG	2014-09-12	38 sem.	80 $
SCOU3012	02	Louveteaux 9 à 11 ans	Ven. 19 h à 21 h	CLSG	2014-09-12	38 sem.	80 $
SCOU3012	03	Éclaireurs et Pionniers 12 à 17 ans	Ven. 19 h à 21 h	CLSG	2014-09-12	38 sem.	80 $

SCRABBLE

CLUB DE SCRABBLE DE SAINTE-GENEVIÈVE (Activités du)

- Responsable : Roselyne L'Italien, 418 651-1473
- Possibilité de participer aux activités moyennant une modique somme

SCRABBLE DUPLICATE

AUTOMNE ET HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRA3001	01	16 ans et +	Mar. 13 h 15 à 16 h	CCCA	2014-09-09	32 sem.	30 $

SCRABBLE LIBRE

AUTOMNE ET HIVER

- Activité du 3 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRA3005	01	16 ans et +	Ven. 13 h 30 à 16 h	CCCA	2014-09-05	33 sem.	30 $

SCRABBLE LIBRE ET DUPLICATE

AUTOMNE ET HIVER

- Activité du 3 avril annulée

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCRA3006	01	16 ans et +	Mar., ven. 13 h 30 à 16 h	CCCA	2014-09-05	33 sem.	50 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

STRETCHING

- Responsable : Julie Faucher, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3003	02	50 ans et +	Mer. 10 h 30 à 11 h 30	CCCA	2014-09-17	12 sem.	75 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
MUSC3003	52	50 ans et +	Mer. 10 h 30 à 11 h 30	CCCA	2015-01-21	12 sem.	75 $

TAI-CHI

- Responsable : Julie Faucher, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAIC3002	02	Débutant	Lun. 13 h 30 à 15 h	CCCA	2014-09-15	12 sem.	80 $

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
TAIC3002	52	Débutant	Lun. 13 h 30 à 15 h	CCCA	2015-01-19	12 sem.	80 $

THÉÂTRE

- Responsable : Carlo Alberton, 418 262-4069
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût des costumes : 20 $, payables au premier cours

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
THEA3001	01	8 à 15 ans	Jeu. 18 h 30 à 20 h 30	EXTV	2014-09-18	12 sem.	80 $
THEA3001	02	16 ans et +	Lun. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2014-09-15	12 sem.	130 $
THEA3001	03	16 ans et +	Mar. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2014-09-16	12 sem.	130 $
THEA3001	04	16 ans et +	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2014-09-17	12 sem.	130 $

HIVER

- Cours du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
THEA3001	51	8 à 15 ans	Jeu. 18 h 30 à 20 h 30	EXTV	2015-01-22	12 sem.	80 $
THEA3001	52	16 ans et +	Lun. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2015-01-19	12 sem.	130 $
THEA3001	53	16 ans et +	Mar. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2015-01-20	12 sem.	130 $
THEA3001	54	16 ans et +	Mer. 18 h 30 à 21 h 30	EXTV	2015-01-21	12 sem.	130 $

VITRAIL

- Responsable : Fernand Lebel, 418 704-3888
- Initiation aux techniques du vitrail, familiarisation avec les outils utilisés et réalisation d'un vitrail comportant de 12 à 15 pièces
- Cours aux deux semaines
- Coût du matériel : 35 $ pour les débutants et 10 $ pour les intermédiaires, payables au premier cours
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3001	01	Adultes, débutant et intermédiaire	Sam. 9 h à 12 h	CLSG	2014-09-27	6 sem.	75 $

HIVER

- Cours du 4 avril donné le 28 mars

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3001	51	Adultes, débutant et intermédiaire	Sam. 9 h à 12 h	CLSG	2015-01-24	6 sem.	75 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

VITRAIL

- Responsable : Micheline Verret, 418 654-0152
- Atelier dirigé
- Préalable : avoir déjà suivi un cours de vitrail
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût du matériel : 15 $, payables au premier cours

AUTOMNE

- Atelier du 13 octobre annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3004	01	Adultes, tous les niveaux	Lun. 13 h à 16 h	CLSG	2014-09-15	12 sem.	135 $
VITR3004	02	Adultes, tous les niveaux	Mer. 13 h à 16 h	CLSG	2014-09-17	12 sem.	135 $

HIVER

- Atelier du 6 avril annulé

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3004	51	Adultes, tous les niveaux	Lun. 13 h à 16 h	CLSG	2015-01-19	12 sem.	135 $
VITR3004	52	Adultes, tous les niveaux	Mer. 13 h à 16 h	CLSG	2015-01-21	12 sem.	135 $

VITRAIL

- Responsable : Micheline Verret, 418 654-0152
- Niveaux intermédiaire et avancé
- Préalable : avoir déjà suivi un cours de vitrail
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Cours aux deux semaines
- Coût du matériel : 15 $, payables au premier cours

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3004	06	Adultes, intermédiaire et avancé	Sam. 9 h à 12 h 30	CLSG	2014-09-20	6 sem.	80 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3004	56	Adultes, intermédiaire et avancé	Sam. 9 h à 12 h 30	CLSG	2015-01-31	6 sem.	80 $

VITRAIL

- Responsable : Roger Fecteau, 418 626-0834
- Atelier dirigé : fusion et thermoformage du verre
- Préalable : avoir suivi le cours *Initiation à la fusion du verre* ou être autonome pour faire la fusion et le thermoformage du verre
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût du matériel : 30 $, payables au premier cours

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3002	01	16 ans et +	Mar. 19 h à 22 h	CLSG	2014-09-16	12 sem.	135 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3002	51	16 ans et +	Mar. 19 h à 22 h	CLSG	2015-01-20	12 sem.	135 $

VITRAIL-FUSION

- Responsable : Roger Fecteau, 418 626-0834
- Initiation à la fusion du verre
- Cours intensif de deux jours
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.
- Coût du matériel : 20 $, payables au premier cours

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VITR3002	02	Adultes	Sam. 9 h à 16 h	CLSG	2014-11-08 et 2014-11-15	2 sem.	90 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

VOLLEY-BALL

- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3001	01	Débutant et intermédiaire	Jeu. 19 h 45 à 21 h 45	ESG	2014-09-18	12 sem.	40 $
VOLL3006	01	Intermédiaire	Mar. 18 h 30 à 20 h 30	ESG	2014-09-16	12 sem.	40 $
VOLL3003	01	Intermédiaire et avancé	Mar. 20 h 30 à 22 h 30	ESG	2014-09-16	12 sem.	40 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
VOLL3001	51	Débutant et intermédiaire	Jeu. 19 h 45 à 21 h 45	ESG	2015-01-22	12 sem.	40 $
VOLL3006	51	Intermédiaire	Mar. 18 h 30 à 20 h 30	ESG	2015-01-20	12 sem.	40 $
VOLL3003	51	Intermédiaire et avancé	Mar. 20 h 30 à 22 h 30	ESG	2015-01-20	12 sem.	40 $

WORKOUT

- Responsable : Julie Faucher, 418 834-7312; www.restactif.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3006	01	Adultes	Mar. 18 h 15 à 19 h 15	CCCA	2014-09-16	12 sem.	75 $/1 fois sem. 130 $/2 fois sem.
CARD3006	02	Adultes	Jeu. 18 h 15 à 19 h 15	CCCA	2014-09-18	12 sem.	75 $/1 fois sem. 130 $/2 fois sem.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3006	51	Adultes	Mar. 18 h 15 à 19 h 15	CCCA	2015-01-20	12 sem.	75 $/1 fois sem. 130 $/2 fois sem.
CARD3006	52	Adultes	Jeu. 18 h 15 à 19 h 15	CCCA	2015-01-22	12 sem.	75 $/1 fois sem. 130 $/2 fois sem.

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ZUMBA

- Responsable : Marie-Ève Bédard, 418 670-3030
- Conditionnement physique colombien s'appuyant sur des rythmes et des chorégraphies inspirés des danses latines (salsa, merengue, cumbia, reggaeton, kuduro, etc.)
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste (3200, avenue D'Amours, Québec G1X 1L9)
- Chèque libellé à l'ordre des Loisirs Sainte-Geneviève de Sainte-Foy inc.

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3009	01	16 ans et +, débutant	Mar. 19 h 30 à 20 h 30	CCCA	2014-09-16	12 sem.	85 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENT./NIV.	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
CARD3009	51	16 ans et +, débutant	Mar. 19 h 30 à 20 h 30	CCCA	2015-01-20	12 sem.	85 $

CLUB DE L'ÂGE D'OR LA RENCONTRE SAINTE-GENEVIÈVE (Activités du)

- Responsable : Denise Moreau, 418 656-1483
- Inscription : 8 septembre, de 13 h à 16 h, au centre communautaire Claude-Allard (CCCA)
- Sorties, soupers, parties de whist les vendredis soirs, selon la programmation du club, et activités diverses
- Bingo, cartes et danse tous les jeudis soirs
- Heures d'ouverture du bureau : tous les mardis de 13 h à 15 h 30

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3011	01	50 ans et +	Lun., mar., mer. 13 h à 16 h 30 Jeu. 11 h 30 à 23 h Ven. 8 h 30 à 16 h 30	CCCA	2014-09-08	38 sem.	25 $ (carte de membre) 10 $ (carte d'ami)

BILLARD

- Responsable : Raymond Moreau, 418 656-1483
- Pratique libre tous les jours, pendant les heures d'ouverture du centre communautaire
- Tournois les vendredis après-midi
- Participation : 20 $ par an, en sus

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BILL3002	01	Membres	Lun., mar., mer. 8 h 30 à 17 h Jeu. 8 h 30 à 23 h Ven. 8 h à 17 h Sam. 8 h à 15 h Dim. 9 h à 12 h	CCCA	2014-09-08	52 sem.	25 $ (carte de membre) 10 $ (carte d'ami)

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

CARTES

- Bridge, 500, dame de pique, libre

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACVA3006	01	Membres	Mar. 13 h à 16 h	CCCA	2014-09-09	38 sem.	25 $ (carte de membre) 10 $ (carte d'ami)

DANSE EN LIGNE

- Responsable : Lily Gauvin, 418 889-0346
- Inscription sur place le 10 septembre, lors du premier cours
- Réservé aux membres du club (pratiques les lundis après-midi)

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3104	01	Intermédiaire	Mer. 13 h 30 à 15 h	CCCA	2014-09-10	14 sem.	80 $
DANS3105	01	Avancé	Mer. 15 h à 16 h 30	CCCA	2014-09-10	14 sem.	80 $

Sainte-Ursule

Corporation des loisirs de Sainte-Ursule inc.

- Président : Adrien Dufour, 418 953-9055, loisirssteu@gmail.com

ANGLAIS

- Responsable : Denise Jutras, 418 681-6076
- Langue et conversation
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste
- Personnes bilingues s'abstenir

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3032	01	Débutant	Mar. 19 h à 21 h	CLSU	2014-09-16	10 sem.	90 $
LANG3006	01	Intermédiaire 1	Mer. 19 h à 21 h	CLSU	2014-09-17	10 sem.	90 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3006	51	Intermédiaire 1	Mar. 19 h à 21 h	CLSU	2015-01-20	10 sem.	90 $
LANG3033	51	Intermédiaire 2	Mer. 19 h à 21 h	CLSU	2015-01-21	10 sem.	90 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

BADMINTON

- Responsable : Donald Arcand, 418 651-8902
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3012	01	Adultes, avancé	Mar. 20 h 15 à 22 h 15	EPCV	2014-09-16	12 sem.	30 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BADM3012	51	Adultes, avancé	Mar. 20 h 15 à 22 h 15	EPCV	2015-01-20	12 sem.	30 $

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- Responsable : Chantal Rhéaume, 418 977-4687; activationsante@gmail.com
- Entraînement complet avec accessoires (ballons, tapis, petits poids, *steps*, élastiques de résistance, etc.)
- Amélioration du cardio, de l'endurance, de la musculation, de la stabilité et de la souplesse
- Conseils posturaux pour éviter les blessures
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3001	01	Adultes	Mar. 18 h 50 à 20 h	EPCV	2014-09-16	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.
COND3001	02	Adultes	Jeu. 18 h 50 à 20 h	EPCV	2014-09-18	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
COND3001	51	Adultes	Mar. 18 h 50 à 20 h	EPCV	2015-01-20	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.
COND3001	52	Adultes	Jeu. 18 h 50 à 20 h	EPCV	2015-01-22	12 sem.	60 $/1 fois sem. 100 $/2 fois sem.

DANSE COUNTRY

- Responsable : Mario Ménard, 418 651-2429; mario.menard@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3054	01	Intermédiaire	Mer. 19 h à 20 h 15	CLSU	2014-09-17	12 sem.	65 $
DANS3014	01	Avancé	Mer. 20 h 15 à 21 h 30	CLSU	2014-09-17	12 sem.	65 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3054	51	Intermédiaire	Mer. 19 h à 20 h 15	CLSU	2015-01-21	12 sem.	65 $
DANS3014	51	Avancé	Mer. 20 h 15 à 21 h 30	CLSU	2015-01-21	12 sem.	65 $

DANSE EN LIGNE

- Responsable : Mario Ménard, 418 651-2429; mario.menard@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre reporté au 8 décembre

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3024	01	Débutant	Lun. 19 h à 20 h 15	CLSU	2014-09-15	12 sem.	65 $
DANS3024	02	Débutant	Mer. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2014-09-17	12 sem.	65 $
DANS3023	01	Débutant plus	Lun. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2014-09-15	12 sem.	65 $
DANS3023	02	Débutant plus	Lun. 20 h 15 à 21 h 30	CLSU	2014-09-15	12 sem.	65 $
DANS3023	03	Débutant plus	Mar. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2014-09-16	12 sem.	65 $
DANS3023	04	Débutant plus	Jeu. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2014-09-18	12 sem.	65 $
DANS3023	05	Débutant plus	Ven. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2014-09-19	12 sem.	65 $
DANS3023	06	Débutant plus Pratique	Mer. 10 h à 11 h 30	CCCR	2014-10-08	9 sem.	50 $
DANS3025	01	Intermédiaire	Jeu. 19 h à 20 h 15	CLSU	2014-09-18	12 sem.	65 $
DANS3086	01	Avancé	Jeu. 20 h 15 à 21 h 30	CLSU	2014-09-18	12 sem.	65 $

HIVER

- Cours des 3 et 6 avril reportés aux 11 et 13 avril

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3024	51	Débutant	Lun. 19 h à 20 h 15	CLSU	2015-01-19	12 sem.	65 $
DANS3024	52	Débutant	Mer. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2015-01-21	12 sem.	65 $
DANS3023	51	Débutant plus	Lun. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2015-01-19	12 sem.	65 $
DANS3023	52	Débutant plus	Lun. 20 h 15 à 21 h 30	CLSU	2015-01-19	12 sem.	65 $
DANS3023	53	Débutant plus	Mar. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2015-01-20	12 sem.	65 $
DANS3023	54	Débutant plus	Jeu. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2015-01-22	12 sem.	65 $
DANS3023	55	Débutant plus	Ven. 13 h 30 à 14 h 45	CLSU	2015-01-23	12 sem.	65 $
DANS3023	56	Débutant plus Pratique	Mer. 10 h à 11 h 30	CCCR	2014-02-11	9 sem.	50 $
DANS3025	51	Intermédiaire	Jeu. 19 h à 20 h 15	CLSU	2015-01-22	12 sem.	65 $
DANS3086	51	Avancé	Jeu. 20 h 15 à 21 h 30	CLSU	2015-01-22	12 sem.	65 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

DANSE EN LIGNE

- Pratique de la danse en ligne
- Activités aux deux semaines
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3035	01	Intermédiaire et avancé	Dim. 19 h à 22 h	CSSF	2014-10-19	4 sem.	24 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DANS3035	51	Intermédiaire et avancé	Dim. 19 h à 22 h	CSSF	2015-02-15	4 sem.	24 $

DESSIN, PEINTURE À L'HUILE ET À L'ACRYLIQUE

- Responsable : Jacques Thibeault, 418 527-2776
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre reporté au 8 décembre

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3004	01	Adultes	Lun. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2014-09-15	12 sem.	95 $
DESS3005	01	Adultes, initié	Mar. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2014-09-16	12 sem.	95 $
DESS3005	02	Adultes, initié	Mar. 19 h à 21 h	CLSU	2014-09-16	12 sem.	95 $

HIVER

- Cours du 6 avril reporté au 13 avril

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
DESS3004	51	Adultes	Lun. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2015-01-19	12 sem.	95 $
DESS3005	51	Adultes, initié	Mar. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2015-01-20	12 sem.	95 $
DESS3005	52	Adultes, initié	Mar. 19 h à 21 h	CLSU	2015-01-20	12 sem.	95 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

ESPAGNOL (Conversation)

- Responsable : Jaime Lopez, 418 527-5150 ou 418 802-4283; jaimelopez227@hotmail.com
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

- Cours du 13 octobre reporté au 8 décembre

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3008	01	Débutant 1	Lun. 18 h 30 à 20 h	CLSU	2014-09-15	12 sem.	80 $
LANG3008	02	Débutant 1	Mer. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2014-09-17	12 sem.	95 $
LANG3021	01	Débutant 2	Mer. 9 h à 11 h	CLSU	2014-09-17	12 sem.	95 $
LANG3021	02	Débutant 2	Lun. 20 h à 21 h 30	CLSU	2014-09-15	12 sem.	80 $
LANG3047	01	Débutant 3	Mer. 18 h 30 à 20 h	CLSU	2014-09-17	12 sem.	80 $
LANG3047	02	Débutant 3	Mer. 11 h à 13 h	CLSU	2014-09-17	12 sem.	95 $
LANG3013	01	Intermédiaire 1	Lun. 9 h à 11 h	CLSU	2014-09-15	12 sem.	95 $
LANG3013	02	Intermédiaire 1	Mar. 18 h 30 à 20 h	CLSU	2014-09-16	12 sem.	80 $
LANG3022	02	Intermédiaire 2	Mar. 20 h à 21 h 30	CLSU	2014-09-16	12 sem.	80 $
LANG3022	03	Intermédiaire 2	Jeu. 13 h à 15 h	CLSU	2014-09-18	12 sem.	95 $
LANG3042	01	Intermédiaire 3	Lun. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2014-09-15	12 sem.	95 $
LANG3007	01	Avancé	Mer. 20 h à 21 h 30	CLSU	2014-09-17	12 sem.	80 $
LANG3007	02	Avancé	Lun. 11 h à 13 h	CLSU	2014-09-15	12 sem.	95 $

HIVER

- Cours du 6 avril reporté au 13 avril

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
LANG3008	51	Débutant 1	Lun. 18 h 30 à 20 h	CLSU	2015-01-26	11 sem.	75 $
LANG3008	52	Débutant 1	Mer. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2015-01-28	11 sem.	90 $
LANG3021	51	Débutant 2	Lun. 20 h à 21 h 30	CLSU	2015-01-26	11 sem.	75 $
LANG3021	52	Débutant 2	Mer. 9 h à 11 h	CLSU	2015-01-28	11 sem.	90 $
LANG3047	51	Débutant 3	Mar. 11 h à 13 h	CLSU	2015-01-27	11 sem.	90 $
LANG3013	51	Intermédiaire 1	Mar 18 h 30 à 20 h	CLSU	2015-01-27	11 sem.	75 $
LANG3013	52	Intermédiaire 1	Jeu. 18 h 30 à 20 h	CLSU	2015-01-22	11 sem.	75 $
LANG3022	52	Intermédiaire 2	Mar. 20 h à 21 h 30	CLSU	2015-01-27	11 sem.	75 $
LANG3042	51	Intermédiaire 3	Lun. 13 h 30 à 15 h 30	CLSU	2015-01-26	11 sem.	90 $
LANG3007	51	Avancé	Mer. 20 h à 21 h 30	CLSU	2015-01-28	11 sem.	75 $
LANG3007	52	Avancé	Lun. 11 h à 13 h	CLSU	2015-01-26	11 sem.	90 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

MÔMES ET COMPAGNIE

- Responsable : Ressource Espace Familles, 418 681-9740; info@refamilles.ca; www.ressourceespacefamilles.com
- Développement global de l'enfant d'âge préscolaire au moyen d'activités stimulantes s'adressant aux enfants et à leurs parents
- Inscription : par téléphone
- Paiement : comptant

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACVA3001	01	0 à 5 ans	Mar. 9 h à 11 h30	CLSU	2014-09-16	14 sem.	5 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACVA3001	51	0 à 5 ans	Mar. 9 h à 11 h30	CLSU	2015-01-20	22 sem.	5 $

MUSCLEZ VOS MÉNINGES

- Responsable : Ghislaine Martin, 418 651-3574; ghislainemartin@videotron.ca
- Vitalité intellectuelle et amélioration de la mémoire
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACME3001	01	50 ans et +	Mar. 10 h à 12 h	CLSU	2014-09-16	10 sem.	80 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACME3001	51	50 ans et +	Mar. 10 h à 12 h	CLSU	2015-01-20	10 sem.	80 $

SCOUTISME

- Responsable : Mélanie Roy, 418 654-2017; www.scouts-ste-ursule.org
- Inscription : 7 septembre, de 19 h à 20 h 30, au sous-sol de l'église Sainte-Ursule (SSESU)
- Réunions hebdomadaires, trois camps d'une fin de semaine à l'automne, à l'hiver et au printemps, camps d'été d'une semaine
- Développement de l'entraide, du respect de l'environnement, de l'amour du plein air et des techniques de survie
- Activités organisées en collaboration avec la Corporation des loisirs de Saint-Louis-de-France

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SCOU3001	01	7 à 17 ans	À déterminer	SSESU	2014-09-15	40 sem.	110 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

SOCCER INTÉRIEUR

- Responsable : Zoran Péric, 418 353-3100; zoranp@videotron.ca
- Inscription : sur le site Internet de la Ville (www.ville.quebec.qc.ca) ou par la poste

AUTOMNE

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3006	01	18 ans et +, mixte, tous les niveaux	Jeu. 20 h à 22 h 30	EPCV	2014-09-18	14 sem.	40 $

HIVER

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
SOCC3006	51	18 ans et +, mixte, tous les niveaux	Jeu. 20 h à 22 h 30	EPCV	2015-01-22	14 sem.	40 $

CLUB FADOQ SAINTE-URSULE INC. (Activités du)

- Responsable : Pierrette Giguère, 418 657-2851
- Responsables
  - Parties de cartes : Denise Gauvin, 418 653-8412; Madeleine Racine, 418 658-8042
  - Parties de palets (*shuffleboard*) : Jean-Guy Racine, 418 652-0632
- Inscription : sous-sol de l'église Sainte-Ursule (SSESU) le mercredi de 13 h à 16 h ou auprès de la personne responsable

ACTIVITÉS HABITUELLES (Cartes, palets)

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
ACRG3012	01	50 ans et +	Mer. 13 h à 16 h	SSESU	2014-09-03	36 sem.	25 $

BILLARD LIBRE

- Responsable : Lucien Dallaire, 418 658-7355

ACTIVITÉ	GR.	CLIENTÈLE	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT	DURÉE	COÛT
BILL3003	01	Membres	Lun. au ven. 13 h à 17 h	SSESU	2014-09-03	36 sem.	25 $

POUR CONNAÎTRE LES ENDROITS OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS AINSI QUE LEUR ADRESSE, RÉFÉREZ-VOUS AUX PAGES 6, 7 ET 8.

VILLE DE QUÉBEC
Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Automne 2014
INSCRIPTION LOISIRS

Réservé à l'administration

Date de réception A A A A M M J J Date de saisie A A A A M M J J

Initiales du/de la surveillant(e)

PARTICIPANT

Nom

Prénom

Date de naissance

A A A A M M J J Sexe M F

Adresse / ville

Code postal (OBLIGATOIRE)

Téléphone, rés. – – Téléphone, bur. – – Poste

Courriel

Nom du parent (si participant mineur) Prénom

Inscription transmise par la poste ou au bureau d'arrondissement

	Code de groupe	Coût
1	–	
2	–	
3	–	

Coût total $

Les droits d'inscription ne sont pas remboursables.

Bureau d'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge
Édifice Andrée-P.-Boucher
Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

VILLE DE QUÉBEC
Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Automne 2014
INSCRIPTION LOISIRS

Réservé à l'administration

Date de réception A A A A M M J J Date de saisie A A A A M M J J

Initiales du/de la surveillant(e)

PARTICIPANT

Nom

Prénom

Date de naissance

A A A A M M J J Sexe M F

Adresse / ville

Code postal (OBLIGATOIRE)

Téléphone, rés. – – Téléphone, bur. – – Poste

Courriel

Nom du parent (si participant mineur) Prénom

Inscription transmise par la poste ou au bureau d'arrondissement

	Code de groupe	Coût
1	–	
2	–	
3	–	

Coût total $

Les droits d'inscription ne sont pas remboursables.

Bureau d'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge
Édifice Andrée-P.-Boucher
Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

Ville de Québec
Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Hiver 2015
INSCRIPTION LOISIRS

Réservé à l'administration

Date de réception A A A A M M J J Date de saisie A A A A M M J J

Initiales du/de la surveillant(e)

PARTICIPANT

Nom

Prénom

Date de naissance

A A A A M M J J Sexe M F

Adresse / ville

Code postal (OBLIGATOIRE)

Téléphone, rés. – – Téléphone, bur. – – Poste

Courriel

Nom du parent (si participant mineur) Prénom

Inscription transmise par la poste ou au bureau d'arrondissement

	Code de groupe	Coût
1	–	
2	–	
3	–	

Coût total $

Les droits d'inscription ne sont pas remboursables.

Bureau d'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge
Édifice Andrée-P.-Boucher
Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

VILLE DE QUÉBEC
Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Hiver 2015
INSCRIPTION LOISIRS

Réservé à l'administration

Date de réception A A A A M M J J Date de saisie A A A A M M J J

Initiales du/de la surveillant(e)

PARTICIPANT

Nom

Prénom

Date de naissance

A A A A M M J J Sexe M F

Adresse / ville

Code postal (OBLIGATOIRE)

Téléphone, rés. –

Téléphone, bur. – Poste

Courriel

Nom du parent (si participant mineur) Prénom

Inscription transmise par la poste ou au bureau d'arrondissement

	Code de groupe	Coût
1	–	
2	–	
3	–	

Coût total $

Les droits d'inscription ne sont pas remboursables.

Bureau d'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge
Édifice Andrée-P.-Boucher
Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

SECTION MUNICIPALE

Organismes municipaux

Activités à caractère libre

Détenteur d'une formation en sécurité aquatique?

Joins notre équipe.

Équipe dynamique, proximité du lieu de travail, salaire avantageux, horaire flexible, conciliation travail-études

Postule au
ville.quebec.qc.ca/emplois,
section *Emplois dans le secteur aquatique*

Plusieurs postes sont également offerts
par les organismes partenaires.
Consulte notre site Internet!

► employeur de talents

VILLE DE QUÉBEC

Organismes municipaux de loisir

Voici la liste des organismes municipaux de loisir. Ces organismes ont été sélectionnés parce qu'ils ont répondu à des critères précis du Service des loisirs, des sports et de la vie communautaire. Pour connaître le détail des activités offertes, vous pouvez communiquer directement avec l'organisme, vous référer à la *Programmation Loisirs* de l'arrondissement où l'organisme est situé ou encore consulter le site Internet de la Ville de Québec **(www.ville.quebec.qc.ca/programmationloisirs)**.

ORGANISME	MISSION
Les AmiEs de la terre 870, avenue De Salaberry, bureau 210 Québec (Québec) G1R 2T9 Renseignements : 418 524-2744 www.atquebec.org • info@atquebec.org	Favoriser la transition vers une société écologiste par l'information, l'éducation et la défense collective des droits.
Association forestière des deux rives 870, avenue De Salaberry, bureau 103 Québec (Québec) G1R 2T9 Renseignements : 418 647-0909 www.af2r.org • info@af2r.org	Promouvoir l'importance de l'arbre et des forêts auprès de la population par la mise en valeur, l'éducation et la sensibilisation.
Association de hockey mineur féminin de la Capitale Nationale 305, rue Racine Québec (Québec) G2B 1E7 Renseignements : www.ahmfcn.com	Promouvoir, développer et organiser le hockey féminin mineur sur le territoire de la Capitale Nationale, tant au niveau récréatif que compétitif. *Programmation : La Haute-Saint-Charles*
Association des kitesurfers et véliplanchistes de Québec (AKVQ) 4341, rue de la Remontée Québec (Québec) G1Y 2L7 Renseignements : 418 650-7832 www.akvq.ca	Regrouper les kitesurfers et véliplanchistes de la grande région de Québec et organiser diverses activités à leur intention.
Association de ringuette de la Capitale 1311, rue des Loisirs L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 0A5 Renseignements : 418 877-3000, poste 403 www.ringuettedelacapitale.com	Promouvoir la pratique de ce sport féminin et organiser des tournois pour les jeunes et les adultes. Ce sport sur glace permet de développer l'esprit d'équipe dans le respect de ses adversaires. *Programmation : La Haute-Saint-Charles*
Association pour la protection de l'environnement du Lac-Saint-Charles et des Marais du Nord (APEL) 433, rue Delage Québec (Québec) G3G 1H4 Renseignements : 418 849-9844 information@apel-maraisdunord.org	Protéger et mettre en valeur le riche patrimoine écologique du bassin versant de la rivière Saint-Charles en offrant des services d'éducation et de sensibilisation ainsi que diverses activités de plein air. *Programmation : La Haute-Saint-Charles*
L'Association des TCC des deux rives (Québec-Chaudière-Appalaches) 14, rue Saint-Amand, Québec (Québec) G2A 2K9 Renseignements : 481 842-8421 www.tcc2rives.qc.ca • tcc2rives@oricom.ca	Offrir un soutien aux personnes victimes d'un traumatisme cranio-cérébral (TCC) ainsi qu'à leurs proches. Offrir des loisirs adaptés aux personnes vivant avec un TCC. *Programmation : La Cité-Limoilou*
Centre culturel Afro-Antillais 590, rue Saint-Joseph Est Québec (Québec) G1K 3A6 Renseignements : 418 261-5291 www.ceculaa.ca • cecu_afroantillais@yahoo.ca	Accueillir les personnes immigrantes et les soutenir dans leur intégration sociale. Favoriser la découverte des cultures afro-antillaises par l'organisation d'activités et d'ateliers.
Centre R.I.R.E. 2000 2301, 1re Avenue Québec (Québec) G1L 3M9 Renseignements : 418 524-5609 www.r2000.qc.ca • info@r2000.qc.ca	Appuyer les jeunes et les adultes des communautés culturelles dans leur intégration à la société québécoise. Promouvoir l'apport des autres cultures en organisant diverses activités. *Programmation : La Cité-Limoilou*

ORGANISME	MISSION
Centre multiethnique de Québec 369, rue de la Couronne, 3e étage Québec (Québec) G1K 6E9 Renseignements : 418 687-9771 www.centremultiethnique.org • cmq@webnet.qc.ca	Accueillir les immigrants et faciliter leur intégration à la société québécoise par l'entremise de diverses activités.
Club BAM - SJE (balle au mur) 244, 81e Rue Est Québec (Québec) G1G 2Y1 Renseignements : sjebam@gmail.com	Faire profiter la relève des bénéfices de ce sport unique qui développe la coordination et la bonne condition physique chez les adeptes. Les notions de respect et d'honnêteté font aussi partie des valeurs de base de ce sport mixte. *Programmation : Charlesbourg*
Club d'escrime ESTOC de Sainte-Foy Collège des compagnons 3643, avenue des Compagnons Québec (Québec) G1X 3Z6 Renseignements : 581 985-8512 www.estoc.ca • guyboulanger@estoc.ca	Favoriser le développement de la relève en escrime et offrir aux meilleurs escrimeurs de la région de Québec un endroit où ils peuvent s'entraîner selon leurs besoins. *Programmation : Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge*
Club radio amateur de Québec inc. C.P. 70021, Succursale Québec (Québec) G2J 0A1 Renseignements : 418 890-0103 www.craq.qc.ca	Développer et promouvoir la radio amateur en tant que loisir scientifique et culturel. Mettre à la disposition des membres des équipements et services favorisant la pratique de ce loisir.
Club de tir de Beauport 255, Clémenceau, case postale 85182 Québec (Québec) G1E 6B5 Renseignements : 418 663-8922 ctb@oricom.ca	Promouvoir le tir sportif et récréatif que ce soit au pistolet, au révolver ou à la carabine. Organiser la tenue de compétitions locales et provinciales et favoriser l'enseignement du maniement sécuritaire des armes à feu.
Club de tir les castors de Charlesbourg 29, rue Marie-de-l'Incarnation Québec (Québec) G1N 3E5 Renseignements : 418 682-8133 www.tir-castors.com • info@tir-castors.com	Promouvoir le tir sportif et récréatif. Donner des cours de tir et de sécurité sur le maniement des armes et sur les activités de chasse et de plein air.
Cyclorizon, club cycliste C.P. 8493, Succursale Sainte-Foy Québec (Québec) G1V 4N5 Renseignements : www.cyclorizon.qc.ca • club@cyclorizon.qc.ca	Regrouper des cyclistes adultes de la grande région de Québec et organiser diverses activités et randonnées à leur intention.
Dojo de Beauport 2175, avenue Saint-Clément Québec (Québec) G1E 6X6 Renseignements : 418 666-2177 www.dojobeauport.com • info@dojobeauport.com	Offrir des cours d'arts martiaux japonais, tels que le Judo, l'Ikido, l'Iaïdo, le Kobudo et le Jiu Jitsu NeWaza, auprès des jeunes, des adolescents et des adultes. Favoriser l'émergence d'une élite sportive en ce domaine. *Programmation : Beauport*
École de Cirque 750, 2e Avenue, Québec (Québec) G1L 3B7 Renseignements : 418 525-0101 www.ecoledecirque.com • info@ecoledecirque.com	Éveiller chez la population de la région de Québec un intérêt pour les arts du cirque et stimuler l'émergence d'une nouvelle génération d'artistes. *Programmation : La Cité-Limoilou*
Entraide Jeunesse Québec 571, 3e Avenue, Québec (Québec) G1L 2W4 Renseignements : 418 649-9705 ou 1-877-649-9705 www.entraidejeunesse.qc.ca ejqcoordo@globetrotter.net	Offrir du soutien et des activités préventives aux jeunes de 12 à 25 ans, afin qu'ils développent des habilités personnelles favorisant leur autonomie.
Groupe d'éducation et d'écosurveillance de l'eau (G3E) 69, avenue Juchereau, C.P. 700 Québec (Québec) G1E 4S9 Renseignements : 418 666-6169 www.g3e-ewag.ca • administration@g3e-ewag.ca	Développer des programmes éducatifs et offrir des activités aux citoyens de tous âges. Favoriser la découverte et la protection des milieux naturels aquatiques. *Programmation : Beauport*
Groupe de simplicité volontaire de Québec 11, avenue Marcoux, bureau 2 Québec (Québec) G1E 3A2 Renseignements : 418 660-3550 www.gsvq.org • responsable@gsvq.org	Promouvoir la simplicité volontaire et une société plus harmonieuse, juste et durable par la sensibilisation, l'information et l'éducation populaire.

ORGANISME	MISSION
Ludothèque de Sainte-Foy 1100, route de l'Église, Québec (Québec) G1V 3V9 Renseignements : 418 641-6301, poste 4081 www.ludosaintefoy.org • coordo@ludosaintefoy.org	Offrir aux familles un moyen simple et peu coûteux d'avoir accès à un vaste choix de jouets et organiser diverses activités à leur intention. *Programmation : Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge*
Mouvement Personne D'Abord du Québec métropolitain (Défense des droits des personnes vivant avec une déficience intellectuelle) 2101, 1re Avenue, Québec (Québec) G1L 3M6 Renseignements : 418 524-2404 www.mpdaqm.org • mpdaqm@videotron.ca	Depuis 1983, entraide, promotion et défense des droits et intérêts par et pour les personnes adultes vivant avec une déficience intellectuelle. *Programmation : La Cité-Limoilou*
Les Éclairs de Québec Centre communautaire Les Saules 4120, rue De Musset, Québec (Québec) G1P 1P1 Renseignements : 418 877-3239 www.leseclairsdequebec.com leseclairsdequebec@hotmail.com	Corps de musique regroupant des enfants âgés de 9 ans et plus qui aiment la musique. *Programmation : Les Rivières*
Les Titans de Québec 650, avenue du Bourg-Royal Québec (Québec) G2L 1M8 Renseignements : 418 877-8434	Corps de tambours et clairons de compétition s'adressant aux jeunes âgés de 9 à 21 ans. *Programmation : Charlesbourg*
Maison des métiers d'art de Québec 367, boul. Charest, Québec (Québec) G1K 3H3 Renseignements : 418 524-7337 accueil@mmaq.com	École offrant une programmation diversifiée d'ateliers grand public axés sur les métiers d'arts et animés par des artisans créateurs professionnels. *Programmation : La Cité-Limoilou*
Regroupement des personnes handicapées visuelles (Région 03-12) 503, rue du Prince-Édouard, bureau 100 Québec (Québec) G1K 2M8 Renseignements : 418 649-0333 www.rphv0312.org • rphv@rphv0312.org	Défendre les droits et améliorer les conditions de vie des personnes adultes vivant avec une déficience visuelle. Offrir des activités de loisir adaptées à la limitation visuelle.
Sentinelle de la route C.P. 9802, Succursale postale Ste-Foy Québec (Québec) G1V 4C3 Renseignements : www.lessentinelles.com	Offrir un service d'encadrement professionnel aux organisateurs de randonnées cyclistes de la grande région de Québec. Le Club a également comme mission de favoriser la pratique sécuritaire des sports et particulièrement les activités cyclistes.
Service d'orientation et d'intégration des immigrants au travail (SOIIT) 275, rue du Parvis, bureau 300 Québec (Québec) G1K 6G7 Renseignements : 418 648-0822 www.soiit.qc.ca • info@soiit.qc.ca	Favoriser l'accueil et l'intégration sociale des personnes immigrantes et réfugiées.
Ski de fond Charlesbourg 375, rue de l'Aventure, Québec (Québec) G2M 1N3 Renseignements : 418 849-9054 www.skidefondcharlesbourg.com info@skidefondcharlesbourg.com	Promouvoir et organiser des activités sportives de plein air, telles que le ski de fond, la raquette et la marche sur neige durcie. *Programmation : Charlesbourg*
Société de la rivière Saint-Charles 332, rue Domagaya Québec (Québec) G1L 5B1 Renseignements : 418 691-4710 www.societerivierestcharles.qc.ca info@societerivierestcharles.qc.ca	Mettre en valeur la rivière Saint-Charles en réalisant diverses activités d'aménagement, d'animation et de sensibilisation auprès des citoyens et des touristes.
Ultimate Québec (AJJUQ) Stade Chauveau 7200, boulevard de l'Ormière, bureau 222 Québec (Québec) G2C 1C1 Renseignements : 418 840-1388 www.ultimatequebec.ca • info@ultimatequebec.ca	Favoriser la pratique de l'ultimate frisbee et en promouvoir le développement dans la région de Québec, tant au niveau récréatif que compétitif. *Programmation : Charlesbourg*

Organismes municipaux de services communautaires

Communiquez directement avec ces organismes pour obtenir de l'information sur les services offerts.

Alcooliques anonymes
Bureau central de services de Québec (A.A.) inc.
14, rue Soumande, bureau 0-19, Québec (Québec) G1L 0A4
Renseignements : 418 529-0015 ou 418 529-0016 ou cip-cmp@videotron.ca

Association pour l'intégration sociale région de Québec – (A.I.S.Q.)
5225, 3e Avenue Ouest, Québec (Québec) G1H 6G6
Renseignements : 418 622-7144 ou www.aisq.org • aisq@aisq.org

Au trait d'union Québec
(Prévention du décrochage scolaire)
9340, boul. Henri-Bourassa, Québec (Québec) G1G 4E6
Renseignements : 418 661-4111 ou www.autraitdunion.org • info@autraitdunion.org

CAPVISH
Comité d'action des personnes vivant des situations de handicap
320, rue Saint-Joseph Est, bureau SS-048, Québec (Québec) G1K 8G5
Renseignements : 418 523-3065 ou www.capvish.org • info@capvish.org

Conseil de bassin de la rivière Beauport
69, avenue Juchereau, C.P. 700, Québec (Québec) G1R 4S9
Renseignements : 418 666-6169 ou www.rivieremontmorency.com • info@rivieremontmorency.com

Corporation d'actions et de gestion environnementale de Québec (CAGEQ)
5, rue du Temple, Québec (Québec) G1E 4Z8
Renseignements : 418 821-7056 ou www.cageq.ca • info@cageq.ca

Entraide-Parents (Région 03) inc.
1605, chemin Sainte-Foy
C.P. 11, Québec (Québec) G1S 2P1
Renseignements : 418 684-0050 ou www.entraideparents.com • info@entraideparents.com

ESPACE Région de Québec
(Prévention de la violence faite aux enfants)
157, rue des Chênes, bureau 250, Québec (Québec) G1L 1K6
Renseignements : 418 649-5140 ou www.espacesansviolence.org • espaceregiondequebec@videotron.ca

Maison du Cœur pour femmes
C.P. 34094, Québec (Québec) G1G 6P2
Renseignements : 418 841-0011 ou maisonducoeur@ccapcable.com

Organisme de bassins versants Charlevoix-Montmorency (OBV Charlevoix-Montmorency)
5, rue du Temple, Québec (Québec) G1E 4Z8
Renseignements : 418 821-7056

Violence-Info
C.P. 40007, COP Gal Charlesbourg, Québec (Québec) G1H 7J6
Renseignements : 418 667-8770 ou www.violenceinfo.com • accueil@violenceinfo.com

HORAIRE DES ACTIVITÉS À CARACTÈRE LIBRE

Dans plus de 30 équipements publics ou privés répartis dans toute la ville de Québec, il est possible de profiter de périodes **gratuites** de baignade et de patinage (sauf indication contraire). Les horaires sont sujets à changements sans préavis. Pour vérifier un horaire, vous pouvez communiquer directement avec l'équipement récréatif que vous désirez fréquenter ou consulter le **www.ville.quebec.qc.ca/loisirs**.

PATINAGE LIBRE

Beauport

Centre Sportif Marc-Simoneau, 3500, rue Cambronne, 418 641-6045
(du 3 septembre 2014 au 28 mars 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		13h à 14h20 (T) * 18h30 à 19h50 (T)				13h à 14h20 (T)

* du 7 janvier au 25 mars 2015

Aréna Gilles-Tremblay, 1011, avenue Larue, 418 641-6045
(du 2 septembre 2014 au 28 mars 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
13h à 14h20 (E+)	13h à 14h20 (E+)	13h à 14h20 (E+) **	13h à 14h20 (E+)	13h à 14h20 (E+)	15h à 16h20 (T)	15h à 16h20 (T)

** du 3 septembre au 31 décembre 2014
(E+) : enfants d'âge préscolaire et personnes aînées; (T) : tous
Notes : À l'aréna Gilles-Tremblay, des périodes de patinage libre sont prévues de 13 h à 14 h 50, lors de certains congés scolaires. Des périodes de hockey libre sont aussi prévues de 12 h à 12 h 50 (6 à 11 ans) et de 15 h à 15 h 50 (12 à 17 ans), ces mêmes journées.
Dates des congés scolaires : Année 2014 : 19 septembre, 24 octobre, 21 novembre, 8, 22, 23, 29 et 30 décembre.
Année 2015 : 5 et 30 janvier, 16 février, 2, 3, 4, 5, 6, 9 et 20 mars. Les arénas seront fermés les 24, 25, 26 décembre 2014 et les 1er et 2 janvier 2015.

Charlesbourg

Aréna Réjean-Lemelin, 1300, rue Pompadour, 418 641-6400
(du 8 septembre 2014 au 28 mars 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
14h à 15h (E) petite patinoire		14h à 15h (E) petite patinoire 19h30 à 20h30 (T)			12h55 à 14h05 (T)	

Arpidrome, 750, rue de la Sorbonne, 418 641-6400
(du 2 septembre 2014 au 29 mars 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	13h30 à 14h45 (A)		13h30 à 14h45 (A)			13h10 à 14h20 (T)

(A) : adultes et aînés; (E) : enfants d'âge préscolaire accompagnés d'un parent; (T) : tous

La Cité-Limoilou

Aréna Bardy, 2280, rue Monseigneur-Gosselin, 418 641-6115
(du 7 septembre 2014 au 5 avril 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						13h30 à 15h (T)

(T) : tous

La Haute-Saint-Charles

Pavillon des sports, 86, boulevard des Étudiants, 418 641-6119
(à compter du 24 août 2014)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
15h à 16h15 (T)	15h à 16h15 (T)	15h à 16h15 (T)	15h à 16h15 (T)			13h30 à 14h30 (T)

Aréna des Deux Glaces, 1515, rue de l'Innovation, 418 641-6137 (à compter du 24 août 2014)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						14h30 à 15h50 (T)

(T) : tous
Note : Le port du casque protecteur, de moufles (mitaines) ou de gants est recommandé aux jeunes enfants.

Les Rivières

Aréna Duberger, 3050, boulevard Central, 418 641-6260
(du 7 septembre 2014 au 29 mars 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						13h35 à 15h05 (T)

Aréna Gaétan-Duchesne, 2650, avenue D'Alembert, 418 641-6261
(du 7 septembre 2014 au 5 avril 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						14h10 à 15h40 (T)

Centre communautaire Michel-Labadie, 3705, avenue Chauveau, 418 641-6263
(du 3 septembre 2014 au 5 avril 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		13h40 à 15h10 (T)	10h20 à 11h50 (T)			13h à 14h30 (T)

Aréna Patrick-Poulin, 220, avenue du Chanoine-Côté, 418 641-6735
(du 3 septembre 2014 au 5 avril 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h40 à 11h40 (T)		10h30 à 11h30 (T)				13h30 à 15h (T)

(T) : tous

Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Anneau Gaétan-Boucher
929, avenue De Rochebelle (derrière le centre sportif), 418 641-6300
(Du 9 novembre 2014 au 8 mars 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h à 14h30 et de 19h à 22h (T)	12h à 15h30 et de 19h à 22h (T)	12h à 15h30 et de 19h à 22h (T)	12h à 15h30 et de 19h à 22h (T)	12h à 15h30 et de 19h à 22h (T)	13h à 16h30 et de 19h à 22h (T)	13h à 16h30 et de 19h à 22h (T)

(T) : tous

Les séances de patinage libre sont annulées les jours suivants :
- 14 novembre de 19 h à 20 h
- 15 novembre de 13 h à 16 h 30
- 16 novembre de 13 h à 15 h
- 22 novembre de 13 h à 16 h 30
- 13 décembre de 13 h à 16 h 30
- 24 janvier de 12 h à 15 h 30
- 25 janvier de 13 h à 16 h 30
- 26 janvier de 13 h à 16 h 30
- 1er février de 13 h à 16 h 30
- 4 février de 12 h à 15 h 30

D'autres dates vont s'ajouter en raison de compétitions.
Appelez au 418 641-6300 pour avoir plus de détails.

Aréna Jacques-Côté, 2020, rue Narcisse-Roy, 418 684-2166
(Du 27 septembre 2014 au 11 avril 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
					14h30 à 15h50 (T)	

(T) : tous
La patinoire sera fermée le 1er novembre 2014 et les 10, 17 et 31 janvier 2015.

Centre sportif de Sainte-Foy, patinoire Roland-Couillard
930, avenue Roland-Beaudin, 418 641-6275
(Du 21 septembre 2014 au 12 avril 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
13h15 à 14h45 (T)*	13h15 à 14h45 (T)*	13h15 à 14h45 (T)*	13h15 à 14h45 (T)*	13h15 à 14h45 (T)*		13h30 à 15h (T)

(T) : tous
*Selon les disponibilités offertes par la Commission scolaire

La patinoire sera fermée les jours suivants :
- 5 et 7 décembre
- 8, 9, 11 et 30 janvier
- 1er, 2 et 3 février
- 29 mars

BAIN LIBRE

Beauport

Centre de loisirs Monseigneur-de-Laval, 2, rue du Fargy, 418 641-6045
(du 8 septembre 2014 au 11 juin 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h30 à 13h25 (A)	19h à 19h55 (T)	12h30 à 13h25 (A)	19h à 19h55 (T)	11h30 à 13h25 (A) 18h à 19h55 (T)		

École secondaire de la Seigneurie, 645, avenue du Cénacle, 418 641-6045
(du 8 septembre 2014 au 11 juin 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
20h30 à 21h55 (L)		20h à 20h55 (L)	21h à 21h55 (L)	19h à 19h55 (T) 20h à 20h55 (L)	14h30 à 15h25 (T) 15h30 à 16h25 (L)	8h à 8h55 (L) 14h à 14h55 (T) 15h à 15h55 (L) 18h à 18h55 (T) 19h à 19h55 (L)

(A) : adultes; (T) : tous; (L) : entraînement en longueur
Notes : À la piscine de l'école secondaire de la Seigneurie, des bains sont prévus de 14 h à 15 h 55, lors des congés scolaires. Dates des congés scolaires : Année 2014 : 13 et 24 octobre, 21 novembre, 8, 22, 23, 29 et 30 décembre. Année 2015 : 5 et 30 janvier, 16 février, 2, 3, 4, 5, 6, 9 et 20 mars, 3 et 6 avril, 18 mai et 5 juin.
Veuillez prendre note qu'il n'y aura pas de bain libre à la journée pédagogique du 8 mai.
Lieu : École secondaire de la Seigneurie. Gratuit.

Charlesbourg

Arpidrome, 750, rue de la Sorbonne, 418 641-6400
(à compter du 19 septembre 2014)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h à 13h25 (I) 21h30 à 22h25 (I)	7h à 7h55 (I) 8h à 8h55 (A+) 20h à 20h55 (A) 21h à 21h55 (I)	12h à 13h25 (I) 20h30 à 21h55 (I)	7h à 7h55 (I) 8h à 8h55 (A+) 21h à 21h55 (I)	12h à 13h25 (I)		11h15 à 13h10 (T) 20h45 à 21h55 (A)

(A) : adultes; (A+) : personnes âgées de 60 ans et plus; (I) : entraînement individuel, 13 ans et +; (T) : tous

Piscine municipale du Bourg-Royal, 640, avenue du Bourg-Royal, 418 641-6400
(à compter du 19 septembre 2014)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
18h à 19h25 (T)	12h à 13h25 (T)	18h à 19h25 (T)	12h à 13h25 (T)	19h00 à 20h25 (T)	14h à 16h (F)	14h à 16h (F)

(F) : familles; (T) : tous

La Cité–Limoilou

Centre communautaire Lucien-Borne, 100, chemin Sainte-Foy, 418 641-6251
(du 1er septembre 2014 au 7 juin 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7h à 8h25 (A) 12h à 13h25 (A) 18h30 à 19h55 (T)	12h à 13h25 (A)* 19h à 20h25 (T) 20h30 à 21h55 (A)	7h à 8h25 (A) 12h à 13h25 (A) 13h30 à 14h55 (T) 17h30 à 18h55 (T)	12h à 13h25 (A)* 21h à 22h25 (A)	7h à 8h25 (A) 12h à 13h25 (A) 18h30 à 19h55 (T)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)

(A) : adultes; (A)*: adultes, réservé à la nage; (T) : tous

Centre communautaire Ferland, 1600, 8e Avenue, 418 641-6116
(réalisé par le Centre communautaire Jean-Guy Drolet, du 25 août 2014 au 21 juin 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h à 13h20 (T) 19h à 20h25 (T)	12h à 13h20 (T) 19h à 20h25 (T)	12h à 13h20 (T) 14h30 à 15h55 (A) 19h à 20h20 (T) 20h30 à 21h55 (A)		12h à 13h20 (T) 19h à 20h20 (T) 20h30 à 21h55 (A)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)

A) : adultes; (T) : tous

Piscine A. Couture (Collège François-de-Laval), 41, rue Sainte-Famille, 418 694-1020
(du 27 août 2014 au 14 juin 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		19h à 21h (A)				10h à 12h (T)

A) : adultes; (T) : tous

Piscine Wilfrid-Hamel, 155, rue Bigaouette, 418 641-6259
(gestion par le Patro Laval, du 6 septembre 2014 au 14 juin 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
11h30 à 12h50 (A) 13h30 à 14h50 (A) 18h30 à 19h50 (T)	13h30 à 14h50 (A) 18h30 à 19h50 (T)	11h30 à 12h50 (A) 13h30 à 14h50 (A) 19h à 20h20 (A)	13h30 à 14h50 (A) 18h30 à 19h50 (T)	11h30 à 12h50 (A) 13h30 à 14h50 (A) 19h à 20h20 (A)	13h30 à 14h50 (T)	13h30 à 14h50 (T)

(A) : adultes; (T) : tous

Piscine Patro Roc-Amadour, 2301, 1re Avenue, 418 529-4996
(du 7 septembre 2014 au 21 juin 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
17h à 17h55 (A) 20h30 à 21h55 (A)	7h à 8h25 (A) 12h à 13h25 (A)	17h à 17h55 (A)	7h à 8h25 (A) 12h à 13h25 (A) 19h30 à 21h25 (T)			15h à 16h55 (T)

(A) : adultes; (T) : tous

YWCA Québec, 855, avenue Holland, 418 683-2155
(du 9 septembre au 12 décembre 2014 et du 5 janvier au 19 juin 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7h à 8h25 (A) 11h30 à 12h55 (A)	7h à 8h25 (A) 10h30 à 11h30 (T) 11h30 à 12h55 (A) 16h30 à 17h55 (A)	7h à 8h25 (A) 11h30 à 12h55 (A)	7h à 8h25 (A) 11h30 à 12h55 (A) 16h30 à 17h55 (A)	7h à 8h25 (A) 11h30 à 12h55 (A)		13h30 à 15h25 (T)

(A) : adultes; (T) : tous
Coûts : pour connaître les coûts, référez-vous à l'organisme responsable de l'activité.

La Haute-Saint-Charles

Piscine de l'édifice Denis-Giguère, 305, rue Racine, 418 641-6125
(du 15 septembre au 23 décembre 2014 et du 13 janvier au 2 avril 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h à 13h25 (A)* 13h30 à 14h25 (T) 14h30 à 15h25 (A+)	12h à 13h25 (A)	12h à 13h25 (A) 19h45 à 20h55 (A)*	12h à 13h25 (A)	12h à 13h25 (A)* 13h30 à 14h25 (A+) 19h30 à 20h25 (T) 20h15 à 21h25 (A)	14h05 à 15h40 (T)	14h05 à 15h40 (T)

(A) : adultes (entraînement en longueur); (A+) : personnes âgées de 55 ans et plus; (T) : tous
* Lors de ces bains, l'utilisation de palmes sera permise dans les corridors de niveaux moyen et rapide.
Notes : Le port du casque de bain et la douche sont obligatoires. Les enfants âgés de 8 ans et moins doivent être accompagnés dans l'eau et surveillés par un adulte.

Piscine de l'école secondaire l'Odyssée, 1485, rue de l'Innovation, 418 641-6632
(du 3 septembre au 22 décembre 2014 et du 13 janvier au 2 avril 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
20h à 21h10 (A)		18h30 à 19h25 (T) 19h30 à 20h40 (A)	20h15 à 21h25 (A)	19h30 à 20h55 (T)	14h30 à 15h55 (T)	14h35 à 15h55 (T)

(A) : 16 ans et plus (bassin principal; 3 corridors de nage); (T) : tous (bassins principal et secondaire)
Notes : Le port du casque de bain et la douche sont obligatoires. Les enfants âgés de 8 ans et moins doivent être accompagnés dans l'eau et surveillés par un adulte.

Les Rivières

Centre communautaire Michel-Labadie, 3705, avenue Chauveau, 418 641-6263
(du 1er septembre 2014 au 7 juin 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
19h à 20h25 (T)	19h à 20h25 (T)		19h à 20h25 (T)	19h à 20h25 (T)	14h à 15h25 (T)	14h à 15h25 (T)

(T) : tous

Complexe Jean-Paul-Nolin, 340, rue Chabot, 418 641-6072
Fermé pour travaux. Réouverture prévue au printemps 2015.

Piscine Jos.-A.-Lachance, 2920, rue Claisse, 418 641-6271
(du 2 septembre 2014 au 14 juin 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
21h à 22h25 (A) Grand bassin	10h à 11h25 (55+) Petit bassin 19h à 20h25 (T) Grand bassin	19h à 20h25 (T)	10h à 11h25 (55+) Petit bassin 20h à 21h25 (A) Grand bassin	19h à 20h25 (T)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)	14h à 15h25 (T) 19h à 20h25 (T)

(A) : adultes; (T) : tous; (55+) : personnes âgées de 55 ans et plus

I.R.D.P.Q., 525, boulevard Wilfrid-Hamel, 418 529-9238
(du 26 septembre au 13 décembre 2014 et du 9 janvier au 28 mars 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
				19h à 19h55 (T)	15h à 16h10 (T)	

(T) : tous
Coûts (TPS incluse) – enfants 0-5 ans: gratuit; 6-17 ans : 1,50 $; adultes : 3 $; carte de 11 séances – enfants : 15 $; adultes : 30 $.
Casque de bain obligatoire.

Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Piscine Jacques-Amyot, collège des Compagnons
3643, avenue des Compagnons, 418 641-6283 (du 2 septembre 2014 au 14 juin 2015)
N. B. Certains bains peuvent être annulés en raison de compétitions. L'horaire peut être modifié pendant les fêtes, la semaine de relâche et le congé de Pâques.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
18h30 à 19h30 (T) 19h30 à 21h (A)	11h55 à 12h55 (T) 20h à 22h00 (T)		11h55 à 12h55 (T) 18h30 à 19h30 (T) 19h30 à 21h (A)		14h à 16h (T)	14h à 16h (T)

(A) : adultes; (T) : tous
Nous avons toujours un minimum de deux couloirs disponibles.

Piscine du Campus Notre-Dame-de-Foy, 5000, rue Clément-Lockquell
Saint-Augustin-de-Desmaures, 418 872-8242, touches 0 et 2
(du 18 août au 14 décembre 2014 et du 5 janvier au 20 mars 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12h10 à 13h (T)	12h10 à 13h (T) 16h45 à 17h40 (T) 21h20 à 22h20 (T)	12h10 à 13h (T)	12h10 à 13h (T) 16h45 à 17h40 (T) 21h20 à 22h20 (T)	12h10 à 13h (T) 21h20 à 22h20 (T)	14h30 à 16h (T) 19h30 à 21h (T)	13h30 à 15h (F)

La piscine est fermée du 15 décembre 2014 au 4 janvier 2015.

(F) : famille; (T) : tous
Les bains libres sont gratuits pour les personnes habitant les villes de Québec et de Saint-Augustin-de-Desmaures.

Piscine Sylvie-Bernier, école secondaire De Rochebelle, 3020, boulevard Hochelaga
418 641-6284 (du 2 septembre 2014 au 19 juin 2015)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7h à 8h (T) 12h05 à 13h10 (T) 18h à 20h (T)	7h à 8h (T) 12h05 à 13h10 (T) 17h à 18h30 (A)	7h à 8h (T) 12h05 à 13h10 (T) 18h à 20h (T)	7h à 8h (T) 12h05 à 13h10 (T) 17h à 18h30 (A)	7h à 8h (T) 12h05 à 13h10 (T) 20h à 21h (T) 21h à 22h (A)	13h à 15h30 (T)	13h à 16h (T) 19h30 à 21h (T)

(A) : adultes; (T) : tous
Nous avons quatre couloirs disponibles à tous nos bains, sauf à ceux du samedi et du dimanche après-midi où il n'y en a que deux.
N. B. Des bains pourraient s'ajouter pendant les congés scolaires.

Autres activités libres

Dans plusieurs arrondissements, des organismes offrent des périodes consacrées aux activités libres telles que le badminton, le basket-ball, le volley-ball, etc. Il est aussi possible de louer un gymnase pour y pratiquer le sport de votre choix. Communiquez avec le personnel du bureau d'arrondissement pour en savoir davantage.

NOTES

NOTES

NOTES

Coordonnées de l'Arrondissement

Bureau d'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge
Édifice Andrée-P.-Boucher
1130, route de l'Église
Québec (Québec) G1V 4X6

418 641-6003
sainte-foy-sillery-cap-rouge@ville.quebec.qc.ca
www.ville.quebec.qc.ca

418 641-6300
Messages enregistrés
concernant les activités politiques et publiques,
les équipements de loisirs, les bibliothèques, le marché public,
les permis, les constats d'infraction ainsi que les déchets

Bibliothèque
de Québec

Découvrir.
Se divertir.
Rêver.

Abonnement gratuit pour tous les résidants de la ville de Québec.

bibliothequedequebec.qc.ca

VILLE DE QUÉBEC

Les « hivernophiles »

Les patineurs

Anneau Gaétan-Boucher

Les raquetteurs

Base de plein air de Sainte-Foy

Les fondeurs

Base de plein air de Sainte-Foy

Les marcheurs

Parc de la Plage-Jacques-Cartier

Quel est votre type?

Réalisation : Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire et Division des relations avec les citoyens et du soutien administratif

Édition : Service des communications

www.ville.quebec.qc.ca

Août 2014

A3-006-2014

VILLE DE QUÉBEC

Arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge